قطوف نسائية

فوائد • ولطائف • وطرائف

عبدالرزاق بن محمد يوسف آل قاسم

ار الحضارة للنشر والتوزيع

الطبعة الأولى

قطوف نسائية

٢١٠/٤
ق ع ق

فوائد .. ولطائف .. وطرائف

عبد الرزاق بن محمد يوسف آل قاسم

الطبعة الأولى

١٤٢٦هـ - ٢٠٠٥م

دار الحضارة للنشر والتوزيع

ح دار الحضارة للنشر والتوزيع، ١٤٢٦هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

قاسم، عبدالرزاق محمد

قطوف نسائية: فوائد ولطائف وطرائف./ عبدالرزاق محمد آل قاسم. - الرياض، ١٤٢٦هـ

٢٠٠ص ؛ ٢٤ سم.

ردمك: ٣-٨٩-٧١٢-٩٩٦٠

١- المرأة في الإسلام ٢- الوعظ والإرشاد. أ- العنوان

ديوي ٢١٩.١ ١٤٢٦/٢٤٥٧

رقم الإيداع: ١٤٢٦/٢٤٥٧

ردمك: ٣-٨٩-٧١٢-٩٩٦٠

حقوق الطبع محفوظة

الطبعة الأولى

١٤٢٦هـ/ ٢٠٠٥م

دار الحضارة للنشر والتوزيع

ص.ب ١٠٢٨٢٣ الرياض ١١٦٨٥

هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٣ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤

المستودع تلفاكس: ٢٤١٦١٣٩

بسم الله الرحمن الرحيم

الإهداء

إلى كل زهرة ندية

تعاهدت نفسها بالرعاية

والعناية والاهتمام

وإلى كل زوجة

مستقيمة في دينها

كريمة في أخلاقها

حميدة في صفاتها

أهدي هذا الكتاب

المقدمة

الحمـد لله وكفـى، والصـلاة والسـلام على النبي المجتبى، ومن اقتفى وبه اهتدى، وسلم تسليماً كثيراً مباركا.. أما بعد:

فأشـكرك – أختي الكريمة – على منحي هذه الثقة باقتنائك لهذا الكتاب. والذي سرت فيه سيري في جزئه الأول ولعلك أن تكوني قد أطلعت عليه.

وقـد حرصـت أن آتـي في هـذا الكتاب بالمفيد والجديد من الموضوعات التي تلائم طبيعة بنات العصر وثقافتهن.

فـيه الأقوال والفوائد، والقصص والفرائد، والحكم واللطائف، والامثال والطـرائف؛ تم انـتقاؤها بعناية فائقة من عشرات الكتب ليكون مرجعاً لا غنى للفتاة أو المهتم بشؤون المرأة عنه.

هـذا وقـد تم تصـنيفه في خمسـة قطوف متنوعة، وراعينا في كل قطف منه القصـر، وعـدم الـتطويل. لـئلا يـتطرق السـأم والملـل إلى الـنفوس وحتى يتم قراءتها بيسر وسهولة.

وأخـيراً لا يفوتـني أن أشـكر كـل من ساهم في إخراج هذا الكتاب على هـذا الـنحو، وعـلى رأسـهم دار الحضـارة للنشـر والـتوزيع، وأخص بالشكر الأستاذ/ صلاح بادويلان.

وبعـد هذا وذاك، فما أنا إلا كحاطب ليل ألقيت دلواً في الدلاء؛ فما فيه من حسن فمن الله وحده، وما فيه من خطأ فمن نفسي والشيطان.

وصلى الله وسلم على محمد وعلى آله وأصحابه والتابعين.

المؤلف

القطف الأول

يتضمن هذا القطف الموضوعات التالية:

- مشاكل الشَّعْر.
- أمر مبكياتك لا أمر مضحكاتك.
- من المحرمات التي استهان بها بعض الناس.
- النحافة.
- زكاة الحُليِّ.
- من أسماء الذهب عند العرب.
- آداب الاستئذان.
- كيف تحاورين الآخرين.
- أنواع النساء.
- أصول الشر.
- توجيهات من أقوال خير البشر.
- بم تدوم النعمة؟
- بم تصدق الأخوة؟
- بم يفيد الوعظ؟
- بم يجمل المعروف؟
- بم يحلو الجمال؟
- بم تحصل السعادة؟
- بم يتحقق النجاح؟
- بم يُحفظ المال؟
- وظائف خالية.

- الصابر والشاكر في الجنة.
- القوم الكرام.
- بعد عمر طويل.
- بريد الشيطان.
- أدب الأخت مع أخواتها.
- كيف تحتفظين بوزنك الحالي؟
- المطرودات من رحمة الله.
- مشروعية الحجاب.
- أختاه لا تستسلمي.
- إنا سمعنا.
- ستة تُـهوّن المصيبة.
- علامة على صدق الأخوة.
- لا تغتري.
- صوني عقلك.
- قالوا عن العقل.
- أمران.
- استعيني بالله.
- حوار ذكيّ.
- الصدفة الغريبة.
- بين جهنم والسجن.
- الفستان الوردي.
- حيلة بارعة.

مشاكل الشعر

سقوط الشعر:

سقوط الشعر هو مشكلة تعاني منها كثير من الفتيات؛ وإن كان بعضهن يخلق هذه المشكلة دون داع. فمن الطبيعي أن يسقط بعض الشعر يومياً ليحل محله شعر آخر. فعملية تجديد الشعر هي عملية طبيعية ومستمرة؛ لتغيير القديم العجوز بالجديد الشاب.

ولكن متى يكون سقوط الشعر غير طبيعي؟ يكون ذلك إذا زاد عدد الشعرات التي تسقط في اليوم عن المعدل الطبيعي لسقوط الشعر؛ وهو من عشرين إلى مائة شعرة في اليوم.

كيف تتبينين سقوط الشعر؟

إذا لاحظت انكشاف فروة الرأس بوضوح في بعض المناطق؛ يمكنك عد الشعر الذي يسقط يومياً أثناء التمشيط، ومن السهل عدُّ الشعر.

اجذبي خصلة من شعرك برفق ثم اتركيها؛ فإذا زاد عدد الشعرات المتساقطة بين أصابعك عن أربع شعرات، فاعلمي أن السقوط غير طبيعي.

أهم أسباب سقوط الشعر لدى الفتيات:

في معظم الأحيان يزداد سقوط الشعر لدى الفتيات لسببين؛ هما:

- **الإساءة للشعر:**

ويحدث ذلك عن طريق:

- تمشيط الشعر بعنف بدون تسليكه أولاً؛ وهو ما يؤدي إلى نزع الشعرة من بصيلتها أو قطع الشعر. كذلك قد يؤدي الضغط الشديد بالمشط على فروة الرأس إلى التهاب فروة الرأس، وتكوُّن القشرة التي تؤدي إلى سقوط الشعر.
- كثرة استعمال صبغات الشعر، وخاصة التي يستعمل معها ماء الأكسجين؛ وهو ما يؤدي إلى جفاف الشعر وسقوطه، أو قد يؤدي إلى حدوث حساسية بفروة الرأس.
- قد تؤدي بعض التسريحات التي تجعل الشعر مشدوداً إلى سقوطه في الأماكن التي بها شد: مثل تسريحة «ذيل الحصان»؛ فقد يؤدي شد الشعر بقوة ناحية الضفيرة إلى سقوطه في مقدمة الرأس.

- **الضعف العام وسوء التغذية:**

قد تندهش بعض الفتيات من سقوط شعرهن دون سبب ملحوظ، بينما يكون هناك عادة سبب قوي لذلك؛ لكنه لا يسترعي انتباههن. هذا السبب هو وجود ضعف عام بالجسم. فكثير من الفتيات يعتقدن خطأً أن الشعر ما هو إلا غطاء خارجي، يتغذى بالزيوت والكريمات والشامبوهات وما إلى ذلك. ولكن في الحقيقة أن الشعر هو جزء من الجسم؛ يتغذى وينمو من خلال اتصاله بتيار الدم، الذي يحمل له ما يحتاج من مواد غذائية.

وللأسف، فإن الضعف العام يوجد بين الفتيات بنسبة كبيرة، وينشأ في معظم الأحيان نتيجة للنزيف الذي تتعرض له الفتاة أثناء كل دورة شهرية؛ وخاصة إذا كانت الفتاة تعاني من غزارة دم الحيض، إلى جانب عدم تعويض ما يفقده الجسم من الدم بالتغذية الجيدة، والفيتامينات اللازمة؛ وهو ما يعرضهن للإصابة بأنيميا نقص الحديد وفقر الدم.

أسباب أخرى لسقوط الشعر:

- ❑ أمراض الحميات، مثل: التيفود، والحمى القرمزية.
- ❑ الولادة والعمليات الجراحية الكبيرة.
- ❑ الأمراض المزمنة، مثل: الدرن، ومرض السكر.
- ❑ استعمال بعض الأدوية.
- ❑ أسباب وراثية.

علاج سقوط الشعر:

علاج سقوط الشعر هو بالتأكيد تجنب أو علاج السبب المؤدي لسقوط الشعر. وهو ما قد يحتاج إلى استشارة طبيبة الأمراض الجلدية. وخاصة إذا كان سقوط الشعر مقتصراً على جزء محدد من فروة الرأس. وبصفة خاصة يكون علاج سقوط الشعر كما يلي، بناء على أهم أسباب سقوط الشعر لدى الفتيات:

تجنب الإساءة للشعر: هو أهم ما يجب أن تحرصي عليه لعلاج سقوط الشعر.

(١) بالنسـبة لغسـيل الشـعر: يفضـل غسـل الشـعر الدهني ثلاث مرات في الأسـبوع بشـامبو يحتوي عـلى الليمون أو البيض. أما الشعر الجاف فيكفي غسله مرة واحدة في الأسبوع باستخدام شامبو يحتوى على الزيت، ويفضل عمل حمام زيت أسبوعياً باستخدام زيت الخروع ليزيده حيوية وبريقاً. أما الشعر العادي فكل ما يحتاج إليه هو استعمال شامبو.

(٢) تدليك فروة الرأس: يساعد على زيادة توارد الدم إلى بصيلات الشعر، فيزيد الشعر حيوية ونضارة. فاهتمي بتدليك فروة الرأس برفق بأطراف الأصابع أثناء غسيل الشعر.

(٣) الاهتمام بتغذية الشعر: ويكون ذلك باهتمامك بتغذية جسمك نفسه، ومعالجة أي ضعف أو فقر في الدم، وليس بتغذية الشعر بالكريمات والشامبوهات كما سبق.

مسحوق الحِنَّاء وصباغة الشعر:

الحِنَّاء هي صبغة طبيعية للشعر، يفيد استعمالها في تقوية الشعر بصفة عامة ومنع سقوطه، كذلك تطهر الشعر وفروة الرأس من الميكروبات، وتفيد في التخلص من قشر الشعر، والتهاب الرأس الدهني. ولكن يعيبها جفاف الشعر. ويمكن التغلب على هذا بعجن مسحوق الحناء بزيت جوز الهند، أو زيت اللوز، أو زيت الزيتون. ويفضل زيت جوز الهند أو زيت اللوز؛ لأنهما لا تفسد رائحتهما بسرعة كباقي الزيوت.

قشر الشعر:

يظهر قشر الشعر نتيجة لزيادة نشاط الغدد الدهنية الموجودة بفروة الرأس. ويزداد هذا النشاط بوضوح مع التغير الهرموني أثناء فترة البلوغ والمراهقة، والذي يؤدي إلى ظهور حَبّ الشباب.

كذلك يؤدي تمشيط الشعر بعنف، وحك فروة الرأس بالمشط إلى زيادة القشور، وللحالة النفسية أيضاً دور في هذا الموضوع، فتزيد مشكلة قشر الشعر مع القلق والتوتر، وتنحصر المشكلة مع الاستقرار النفسي.

العلاج

- تجنبي الأسباب التي تزيد من قشر الشعر؛ ويراعى عدم كثرة غسل الشعر بالماء الساخن.
- غسل الشعر بالماء الفاتر كل ٣ أيام بمحلول طبي أو صابونة طبية.
- استعملي أحد المستحضرات للتخلص من قشرة الشعر.

يجب استشارة طبيبة الأمراض الجلدية إذا لم تتحسن الحالة.

تقصف الشعر:

المقصود بتقصف الشعر هو انكسار أعواده بشكل ملحوظ؛ ويحدث غالباً عند أطراف الشعر.

وأهم سبب لتقصف الشعر هو جفاف الشعر؛ سواء لطبيعة الشعر، أو لكثرة

تعرضه للمواد الكيماوية المستخدمة في صبغات الشعر، أو في عمل البرمانت. كذلك يساعد على جفاف الشعر كثرة تعرضه للسخونة؛ سواء باستعمال «الاستشوار»، أو الرولو الساخن، أو تعرض شعرك لأشعة الشمس الساخنة لفترات طويلة.

ويؤدي ضعف الجسم ونقص التغذية إلى ضعف الشعر أيضاً؛ وهو ما يزيد فرصة تقصفه.

العلاج

وعلاج تقصف الشعر يكون بتجنب الأسباب.

قمل الشعر:

هو نوع من الطفيليات يعيش بين الشعر، ويتغذى بمص الدم من خلال تواجده بسطح الجلد. وعدوه الأول هو النظافة، فبدونها تنتشر الإصابة به. ويساعد في ذلك الزحام، وارتفاع درجة الحرارة. وقد يصيب القمل شعر العانة، وشعر الإبطين، وربما ينتشر مع الجسم كله مع انعدام النظافة.

وتشخيص الإصابة بالقمل تتلخص في وجود قملة بالشعر، أو حك الرأس وظهور الصئبان، وهو بيض القمل، والذي يشبه إلى حد كبير قشر الشعر؛ لكن يتميز الصئبان بالتصاقه بالشعر، وبإحداثه صوتاً عند ضغطه بين الأظافر.

العلاج

- يمشط الشعر بمشط ضيق المسافات للتخلص من أكبر عدد من القمل (يساعد في ذلك تدليك الشعر بالخل لمدة عشر دقائق).
- استعملي أحد المستحضرات المضادة للقمل.
- يمكن تنقية الصئبان باليد، أو عمل مكواة للشعر لقتل الصئبان.
- في حالة إصابة شعر الإبط أو شعر العانة؛ من الضروري قص الشعر في هذه الحالة.

❁ ❁ ❁

أمر مبكياتك لا أمر مضحكاتك

كان لفتاة من العرب خالات وعمات. وكانت الفتاة تزور عماتها، وتزور خالاتها. فإذا زارت خالاتها لِنَّ لها وأضحكنها، ولم ينبهنها إلى خطأ أو عيب؛ فتسر لذلك .. وإذا زارت عماتها أدبنها وحاسبنها، ونبهنها إلى أخطائها وعيوبها؛ فكانت تألف خالاتها وتحبهن، وتنفر من عماتها وتكرههن.

ولما رأى أبوها انصرافها إلى خالاتها، ونفورها من عماتها، خاطبها في ذلك، فقالت: إن خالاتي يضحكنني، أما عماتي فيبكينني. فقال أبوها: أمر مبكياتك لا أمر مضحكاتك.

أي اقبلي أمر مبكياتك فإنه أنفع لك؛ أما أمر مضحكاتك فإنه إذا سرَّك اليوم، فسوف يسوؤك غداً.

وهكذا حين يقسو الوالد على ولده، والمربية على تلميذتها، وكل حريص على أمر غيره.

أي: من يبكيك اليوم، ينفعك عمله غداً حين تجني ثمرته فتضحك، ومن يضحكك اليوم، يبكيك غداً حين تجني ثمرة الإهمال فتندم.

۞۞۞

من المحرمات التي استهان بها بعض النـاس

لَعْنُ المؤمن ولعن من لا يستحق اللعن:

لا يملك كثير من الناس ألسنتهم إذا ما غضبوا. فيسارعون باللعن. فيلعنون البشر والدواب والجمادات والأيام والساعات. بل وربما لعنوا أنفسهم وأولادهم، ولعن الزوج زوجته والعكس. وهذا أمر منكر خطير .. فعن أبي ثابت بن الضحاك الأنصاري – رضي الله عنه – مرفوعاً: «.... **ومن لعن مؤمناً فهو كقتله**»؛ ولأن اللعن يكثر من النساء فقد بين ﷺ أنه من أسباب دخولهن النار. وكذلك فإن اللعانين لا يكونون شفعاء ولا شهداء يوم القيامة. وأخطر منه أن اللعنة ترجع على صاحبها إن تلفظ بها ظلماً، فيكون قد دعا على نفسه بالطرد والإبعاد من رحمة الله! فلنحذر ولننتبه لمثل هذا.

۞۞۞

النحافـــة

أسباب النحافـة:

للـنحافة أسـباب عديـدة، لكـن أهمهـا في الفتـيات هو اضطراب الحالة النفسية أو الضعف العام، وعادة الاثنان معاً.

فالارتـباط بـين الحالـة النفسـية ووزن الجسـم هـو ارتباط وثيق. فالقلق والاكتـئاب، وعـدم الإحسـاس بالأمـان والـراحة، كل هذا يمكن أن يؤدي إلى الـنحافة نتـيجة لفقدان الشهية، أو أحياناً عدم الرغبة في تناول الطعام لأسباب نفسية أخرى؛ كعقاب النفس.

أمـا عـن الضـعف العـام؛ فقد يظهر نتيجة لمرض معين، لكنه في معظم الأحيان يكـون نتـيجة لسـوء الـتغذية؛ سـواء لظـروف اقتصـادية، أو نتيجة لفقدان الشهية، أو نتـيجة لعـدم اتـباع نظـام غذائـي جـيد. ويـزيد مـن فرصـة حدوث الضعف العام في الفتـيات مـا تفقـده كل شهر من دم أثناء الدورة الشهرية؛ وخاصة إذا كانت تعاني من غزارة دم الحيض، ولا تعوّض ما تفقده بقدر كاف من الطعام الجيد.

العلاج

- ✓ ابدئـي بعـلاج السـبب، فحـاولي عـلاج مشـكلتك النفسـية أو التكيف معها. إذا لم تجدي سبباً واضحاً لنحافة جسمك؛ وخاصة إذا كانت النحافة شديدة وطارئة أو يصحبها أعراض أخرى.

- بصفة عامة يمكنك زيادة وزنك بالوسائل التالية:

- اتبعي نظاماً غذائياً يساعدك على زيادة وزنك؛ فلا تهملي تناول وجبة من الوجبات الغذائية. وأكثري من تناول الأطعمة الغنية بالسعرات الحرارية: كالمسبكات، والمحمرات، والحلوي، والشيكولاتة، وأيضاً تناولي المياه الغازية، مع زيادة كمية السكر في المشروبات. وهذا هو عكس النظام الغذائي المتبع في حالة البدانة.
- اهتمي بأكل «المسليات»: كاللب، والفول السوداني، والبندق، واللوز والمكسرات عموماً إن أمكن.. ويمكنك تناولها في كثير من الأمسيات.
- إذا كنت تعانين من فقدان الشهية، فيمكنك الاستعانة بفواتح للشهية، مثل: المخللات، والسلطة، والطحينة، أو يمكنك استعمال أدوية فاتحة للشهية.
- لا مانع من تناول مجموعة من الفيتامينات، وخاصة إذا كنت تعانين من الإجهاد السريع.

۞۞۞

زكاة الحليّ

اعلمي - أيتها المؤمنة - أن الحُليّ «وهو ما تتحلى به المؤمنة وتتزين به لزوجها من مصوغ الذهب والفضة» قد اختلف العلماء سلفاً وخلفاً في وجوب الزكاة فيه وعدمها. والجمهور على أن الحلي لا زكاة فيه؛ لأنه كأثاث المنزل، وهو لا زكاة فيه إجماعاً. وخلاف الجمهور يقولون بوجوب الزكاة في الحلي، وإن لم يقصد به الاقتناء والاكتناز، وخروجاً من الخلاف قوِّمي ما عندك من حُليٍّ كل سنة وزكِّيه، فذلك خير لك وأطيب.

شروط وجوب الزكاة:

اعلمي – أيتها المؤمنة – أن لوجوب الزكاة على المؤمنة شروطاً منها:

- أن تبلغ النصاب.
- أن يحول الحول على النقدين.

من أسماء الذهب عند العرب

للذهب مكانة واسعة عند العرب؛ ولذلك كثرت أسماؤه في اللغة العربية، ومن تلك الأسماء:

• **عقيان**	وهو الذهب الخام.
• **التبر**	ويعني الذهب قبل الصياغة.
• **النضار**	وهو الذهب الخالص.
• **العسجد**	اسم عام للذهب.

آداب الاستئذان

الاستئذان أدب رفيع، يدل على حياء صاحبه وشهامته، وتربيته وعفته، ونزاهة نفسه، وتكريمها عن رؤية ما لا يجب أن يراه عليه الناس، أو سماعه حديثاً لا يحل له أن يسترقه دون معرفة المتحادثين، أو الدخول على قوم وإيقاعهم بالمفاجأة والإحراج.

والاستئذان هو طلب الإذن، ويكون لدخول بيت، أو الانضمام إلى مجلس، أو الخروج منه، أو التصرف في متاع غيره، أو سماع حديثهم.

لذا، فإن هناك آداباً يجمل الأخذ بها عند الاستئذان، وهي:

١. يجب الاستئذان لدخول بيوت الناس.
٢. يجب قرن الاستئذان بالسلام، بل تقديمه عليه؛ لأن السلام قبل الكلام.
٣. ينبغي على من قرع الباب مستأذناً أن يقف بجانب الباب الذي لا يظهر منه البيت عند فتحه، وظهره للباب، وعليه أن يغض بصره ما استطاع.
٤. يشمل الأمر بالاستئذان النساء كما يشمل الرجال؛ لأنه شرع لئلا يطلع أحد على ما يطوي الناس في بيوتهم مما لا يحبون أن يطلع عليه أحد.
٥. يكون الاستئذان ثلاثاً، فتنتظر بعد طرق الباب، ثم تطرقيه ثانية وتنتظرين، ثم تطرقيه الثالثة، فإن لم يُجب أحد انصرفت. ولو كانت متأكدة من وجود أهل البيت فيه.

٦. ينبغي عند استعلام صاحب البيت عن المستأذن أن يذكر اسمه، ويكره أن يقول «أنا» لعدم كفايتها في معرفة قائلها.

٧. يطلب الاستئذان بين الأهل في الدار الواحدة، عند إرادة الدخول على غرفة أحدهم، حتى مع أقرب الأقربين إليها، كأمها وأبيها.

٨. تعليم الأطفال الذين لم يبلغوا سن التكليف أن يستأذنوا في أوقات ثلاثة: وقت الفجر، فهو وقت النوم أو التهيؤ لصلاة الفجر؛ ووقت الظهيرة، وهو وقت القيلولة والراحة؛ ووقت العشاء، وهو وقت الخلود إلى النوم.

٩. ينبغي للمرأة أن تتعفف في ثيابها، وتلتزم الحشمة والكمال والأدب في مظهرها في منزلها، أمام أولادها وإخوتها ومحارمها؛ لأن الله ستير يحب الستر والعفة والحياء.

كيف تحاورين الآخرين

أختي المسلمة، للحوار الهادف ضوابط.. وعندما تتبعين تلك الضوابط سيتحقق - بإذن الله تعالى - الهدف من المحاورة.

١- ابدئي الحوار باسم الله، واجعلي الهدف هو الوصول للحقيقة، ولو كان ذلك على يد من تحاورينها.

٢- أن يكون لديك معلومات عن الموضوع الذي ستتحدثين فيه في أثناء الحوار.

٣- من المستحب أن تكون من تحاورينها أمامك وليست بجانبك، فإن ذلك أدعى لانتباه كل منكما للأخرى.

٤- أن يكون مصدر معلوماتك مصدراً صحيحاً.

٥- يجب أن تكون المسافة بينكما قصيرة وليست بعيدة، فإن قصر المسافة يؤدي للانتباه؛ ولكن إذا بعدت المسافة فإنكما ستحتاجان لرفع صوت كل منكما.

٦- من أدب الحوار أن تكوني في مستوى من تحاورينها من حيث الجلوس أو الوقوف، فلا تكوني مثلاً واقفة وهي جالسة، أو العكس.

٧- يجب أن تراعي الوقت المناسب والمكان المناسب عند المحاورة؛ لأن الوقت والمكان لهما تأثير في القدرة الاستيعابية.

٨- استخدمي الأسلوب العلمي للحوار، ولا يغلب على طرحك للموضوع الظن والشك؛ فمثلاً تقولين: أظن أن كذا.. زعموا.. فإن ذلك لا يعتبر دليلاً علمياً صحيحاً لدى المحاور.

٩- اتركي فرصة لمن تحاورينها حتى تبدي رأيها.

١٠- لا ترفعي صوتك ولا تخفضيه أكثر من اللازم.

١١- لا تخرجي عن موضوع المحاورة، فإن ذلك يشتت الفكر، ويبعدك عن هدف المحاورة.

١٢- قد تخرج كلمة غير مرغوب فيها من التي تحاورينها، فلا تغضبي منها مباشرة، وتفهمي كلامها؛ ولكن اتركيها حتى تنتهي من حديثها، ثم وضحي لها خطأها بكل أدب واحترام.

١٣- لا يكون الحوار طويلاً مملاً، ولا قصيراً مخلاً.

❁❁❁

أنواع النساء

المرأة داء، ودواء، ومرض، وعلاج.

فالعاقلة ذات الخُلق الحسن والذوق الحسن، دواء للرجل، تشفيه من متاعبه النفسية والمادية.

والجاهلة الحمقاء، داء للأسرة، تلوث جميع أفرادها بجراثيم القلق والنزاع.

والمرأة المتكبرة المغرورة مرض للزوج، لا يُشفى منه إلا بطلاقها أو الزواج عليها.

والمرأة الصالحة المستقيمة علاج لكل ما يعانيه المجتمع من شرور وآفات.

❁❁❁

أصول الشر

عندما سُئل بعض الحكماء: أي أعدائك تحب ألا يعود لك صديقاً؟

قال: الحاسد الذي لا هدف له إلا زوال نعمتي.

وقال الحسن: أصول الشر وفروعه ستة:

فالأصول الثلاثة: الحسد، والحرص، وحب الدنيا.

والفروع الثلاثة: حب الرياسة، وحب الثناء، وحب الفخر.

توجيهات من أقوال خير البشر

من بركة المرأة:

عن عائشة بنت الصديق - رضي الله عنهما - قالت: قال رسول الله ﷺ: «**إن من يمن المرأة تيسير خطبتها وتيسير صداقها وتيسير رحمها**» (١).

أول الحساب:

عن أنس – رضي الله عنه – قال: قال رسول الله ﷺ: «**أول ما يُحاسب عليه العبد يوم القيامة الصلاة، فإذا صلحت صلح سائر عمله، وإن فسدت فسد سائر عمله**» (٢).

أفضل الكلام:

عن رجل قال: قال رسول الله ﷺ: «**أفضل الكلام: سبحان الله، والحمد لله، ولا إله إلا الله، والله أكبر**» (٣).

❁❁❁

---

(١) رواه الحاكم وأحمد.

(٢) رواه الطبراني في الأوسط.

(٣) رواه أحمد في مسنده.

بم تدوم النعمة؟

لا تدوم النعمة إلا بثلاثة:

- شكر الله عليها.
- وحسن الاستفادة منها.
- ودوام العناية بها.

۞۞۞

بم تصدق الأخوة؟

لا تصدق الأخوة إلا بثلاثة:

- أن تغاري على عرضها كعرضك.
- وألا تكتمي عنها سرّاً هو في مصلحتها.
- وأن تري حقها عليك إذا احتاجت إليك.

۞۞۞

بم يفيد الوعظ؟

لا يفيد الوعظ إلا بثلاثة:

- حرارة القلب.
- وطلاقة اللسان.
- ومعرفة طبائع الناس.

۞۞۞

بم يجمل المعروف؟

لا يجمل المعروف إلا بثلاثة:

- أن يكون من غير طلب.
- أن يأتي من غير إبطاء.
- أن يتم بغير منّة أو أذى.

۞۞۞

بم يحلو الجمال؟

لا يحلو الجمال إلا بثلاثة:

- صيانة عن الابتذال.
- مودة للأطهار.
- عفة مع الفجار.

بم تحصل السعادة؟

لا تحصل السعادة إلا بثلاثة:

- صيانة الدين.
- صحة الجسم.
- وجود ما تحتاجين إليه من مادي أو معنوي.

بم يتحقق النجاح؟

لا يتحقق النجاح إلا بثلاثة:

- تحديد الهدف والغاية بدقة.
- احتمال المشاق والمكاره.
- الاستفادة من العوائق والأخطار إلى حد معقول.

بم يحفظ المال؟

لا يحفظ المال إلا بثلاثة:

- جمعه من غير ظلم.
- إنفاقه في غير سرف.
- إمساكه من غير شُح.

وظائف خالية

في إحدى الصحف الأمريكية نُشر هذا الإعلان طالباً موظفة تتمتع بهذه المؤهلات:

مطلوب سكرتيرة، تبدو كفتاة، وتفكر كرجل، وتتصرف كسيدة، وتعمل كالحمار، ووفية كالكلب.

الصابر والشاكر في الجنة

نظرت امرأة إلى وجهها في المرآة، وكانت حسنة الصورة، وكان زوجها بشع الوجه، فقالت له والمرآة في يدها: إنني لأرجو أن ندخل الجنة، أنا وأنت.

فقال: كيف؟

فقالت: أما أنا فلأني ابتليت بك فصبرت، وأما أنت فإن الله - تعالى - قد أنعم عليك بي فشكرت، والصابر والشاكر في الجنة.

القـوم الكـرام

مـرَّ رجـل مـتطفل على قوم يتغدون فقال: سلام عليكم يا معشر اللئام، فقـالوا: لا والله، بـل نحـن كـرام؛ فثنى ركبته، ونـزل على المائدة وهم ينظرون إليه، فقال: اللهم اجعلهم من الصادقين واجعلني من الكاذبين.

۞۞۞

بعد عمر طويل

ذهـب رجـل حـانوتي «وهـو الـذي يحفـر القـبور» لزيارة ودية لإحدى قريـباته، وبعـد انـتهاء الزيارة صافحها وقال لها مجاملاً: متى نراك إن شاء الله؟ فردت القريبة عليه قائلة: بعد عمر طويل !!

۞۞۞

بريـد الشيـطان

تحكـي كتـب العـرب أن رجـلاً ذهـب إلى عـالم مشهور من رجال الفقه والأدب، وقـال لـه: «إن فلاناً شتمك»، وبسرعة أجابه العالم الكبير: «أما وجد الشيطان بريداً غيرك؟!».

۞۞۞

أدب الأخت مع إخوانها وأخواتها

الإخوة ثمرات الوالدين، وهم أقرب الأرحام، وألصقهم بالنفس، وأحبهم إلى القلب. وهم الذين يقضي معهم الإنسان صدر حياته، أيام الطفولة، جنباً إلى جنب في البيت والمدرسة وعلى الطعام والشراب، وأثناء الليل والنهار؛ لذلك أمر الله - تعالى - بالوفاء إليهم وصلتهم والإحسان إليهم، ونهى عن قطيعتهم والإساءة إليهم، ونسيان عهد المودة الأولى.

وهذه جملة من الآداب الإسلامية الخاصة بمعاملة الإخوة والأخوات:

١. احترام الإخوة الكبار وتوقيرهم، والعطف على الصغار مع الرحمة والعناية والحنان.
٢. معاملة الإخوة والأخوات عموماً بالعطف والرقة واللين واللياقة والإحسان.
٣. التزام حسن الخُلق في معاشرة الإخوة، والتحلي بالتواضع، وخفض الجناح، والإيثار، والخدمة، والمحبة، والتعاون، وإنكار الذات.
٤. الابتداء بالسلام عليهم عند الدخول عليهم، ومصافحتهم، والبشاشة في وجوههم.
٥. مراعاة شعور الإخوة والأخوات بعدم الفرح أمام حزين، وعدم الأكل أمام صائم، وعدم الصخب أمام نائم.

٦. محبة الخير لهم جميعاً، والعمل على إيصاله إليهم.

٧. الشكر على معروفهم، بعد مكافأتهم عليه بأحسن منه.

٨. الاهتمام بشؤونهم، والتعرف على أحوالهم، وتفقد حاجاتهم.

٩. بذل النصيحة لهم، ودعوتهم إلى الخير بالحكمة والموعظة الحسنة، وتذكيرهم بأداء فرائض الله.

١٠. الاعتذار منهم عن الهفوات والزلأت، والتغاضي عما يصدر منهم من هنات وسيئات، وقبول اعتذارهم، وعدم معاتبتهم عليها على الدوام.

١١. الإصلاح بين المتخاصمين منهم، وتجنب التقاطع والتدابر والتباغض والتحاسد وسوء الظن.

١٢. تجنبي إيذاء أحد منهم باليد أو بالسب أو بالكلام أو بالمزاح غير المهذب.

١٣. تجنبي التدخل في شؤونهم الخاصة، أو استخدام حوائجهم الشخصية دون إذن.

١٤. مراعاة الحشمة والأدب في الكلام واللباس، وخاصة عند اختلاف الجنس، وغض البصر عن النقائص والعورات.

❁❁❁

كيف تحتفظين بوزنك الحالي؟

لكي تحتفظي بوزنك الحالي والمناسب بالنسبة لك، ولا تتعرضي لحالة البدانة، يجب أن تلتزمي بنظام غذائي جيد، يفي بمتطلبات جسمك من العناصر الغذائية المختلفة، ولكن دون إسراف.

ولاحظي أن كمية السعرات الحرارية اللازمة للجسم تزيد مع زيادة المجهود الذي يقوم به الفرد؛ فمثلاً ما تحتاجه الفتاة التي تجمع بين الدراسة، وتأدية أمور المنزل، يزيد عما تحتاجه الفتاة التي تدرس فقط. كذلك حاجة الفتاة عموماً إلى السعرات الحرارية خلال فترة البلوغ والمراهقة نتيجة لنمو الجسم السريع خلال هذه الفترة.

وقد وجد أن الفتاة متوسطة العمر، ذات النشاط الجسماني المعتاد؛ سواء في تلبية أمور المنزل، أو العمل خارج المنزل، تحتاج تقريباً إلى كمية من السعرات الحرارية تتراوح بين ١٥٠٠ إلى ١٨٠٠ سعر حراري في اليوم. أما في حالة وجود ظروف خاصة مثل التي تمر بها المرأة أثناء فترة الحمل أو الرضاعة فتزيد كمية السعرات الحرارية التي يحتاجها الجسم؛ فمثلاً تحتاج المرأة الحامل ابتداء من الشهر الرابع إلى ٢٠٠٠ سعر حراري زائد عما تحتاجه قبل فترة الحمل، وتحتاج المرأة أثناء الرضاعة إلى زيادة السعرات الحرارية بحوالي ١٠٠٠ سعر حراري زائد عما تحتاجه أثناء فترة الحمل، وذلك خلال الأشهر الستة الأولى من الرضاعة.

حسابات الحركات والسكنات بالسعرات الحرارية:

أكدت دراسة علمية أن كل الحركات والسكنات تقدر بالسعرات الحرارية؛ سواء كانت مشاهدة للتلفزيون، أو صعود السلم، أو محادثة في التليفون، أو حتى انتظار وراء النافذة أو تحت شجرة.

وتشير تلك الدراسة إلى أن الإنسان يفقد سعرات حرارية في كل تصرف وسلوك يقوم به.. فإذا تثاءب فإنه يفقد ٢٥ سعراً حرارياً... وإذا شاهد التليفزيون لمدة ساعة واحدة فإنه يفقد ١٠٠ سعر حراري، ويرتفع الرقم إذا كان البرنامج مما يصيب بالضيق والتوتر.

وإذا صعدت الفتاة سُلَّماً مكوناً من ٢٠٠ درجة فإنها تفقد ٣٥٠ سعراً، وإذا نزلت فإنها تفقد ٢٠٠ سعر حراري.

وإن المكالمة في التليفون إذا استمرت ساعة فإن المتحدث يفقد ما بين ٩٠ و ١٣٠ سعراً حسب حرارة النقاش ودرجة الانفعال به.

والوقوف في الشارع لانتظار «الأتوبيس» لمدة ساعة، ودون أن تفعل أي شيء آخر، تفقد الفتاة من ٧٠ إلى ١٠٠ سعر، ويرتفع الرقم إلى ١٤٠ سعراً إذا كان الانتظار بقلق شديد.

كما أشارت الدراسة إلى أن أعمال المنزل تُفقِدُ ربة البيت سعرات حرارية عالية؛ فتنظيف النوافذ أو مسح أرضية المنزل وغيرها من أعمال النظافة بالبيت يفقدها ما بين ٢٥٠ و٤١٥ سعراً إذا استمر العمل ساعة من الزمن.

وإن إعداد الطعام لمدة ساعة يفقدها ما بين ١٤٠ و١٨٥ سعراً.

أما بالنسبة للمشي فإذا كان بسرعة أربعة أميال في الساعة، فإنه يفقد ٣٠٠ سعر حراري.

وإن المرأة أو الفتاة التي تمارس العمل المكتبي، تحتاج خلال فترة العمل الطبيعية إلى مدة سبع ساعات ما بين ١٠٠٠ و ١٥٠٠ سعر حراري يومياً.

وقد أثبتت الدراسة أيضاً أن عدد السعرات الحرارية التي يحتاج إليها الإنسان تتوقف على أربعة أمور:

- طبيعة العمل الذي يؤديه.
- طول الشخص.
- وزنه.
- عمره.

۞۞۞

المطرودات من رحمة الله

هذه فئة من النساء لُعنَّ في كتاب الله وعلى لسان نبيه محمد ﷺ، نسوق أعمالهن للتحذير منها والابتعاد عنها.

الملعونات من الله - عز وجل -:

١- لعن الله الواشمات والمستوشمات «الوشم: غرز الوجه أو الكف بإبرة حتى يخرج الدم منه، ثم وضع كُحل عليه حتى يخضر».

٢- لعن الله النامصات والمتنصمات «النمص: إزالة شعر الحاجبين أو نتفه أو تخفيفه».

٣- لعن الله المتفلجات للحسن «التفلج: عمل فرجة بين الأسنان لغرض التجمل».

٤- لعن الله الواصلة والمستوصلة «الوصل: وصل الشعر بشعر آخر مستعار مثل الباروكة وهي محرمة؛ سواء بإذن الزوج والأب، أو من غير إذنه».

٥- لعن الله المتشبهات من النساء بالرجال.

٦- لعن الله المترجلات من النساء.

٧- لعن الله النائحة والمستمعة.

٨- لعن الله من عقَّ والديه.

٩- لعن الله من لعن والديه أو سبَّ والديه.

١٠- لعن الله من ادعت إلى غير أبيها.

١١- لعـن الله الذيـن يـرمون المحصـنات الغـافلات، أي الذيـن يقذفـون المؤمنات العفيفات بالزنا.

۞۞۞

الملعونات على لسان رسول الله ﷺ:

١- لعن رسول الله ﷺ زائرات القبور.

٢- لعن رسول الله ﷺ امرأة باتت وزوجها عليها ساخط.

٣- لعن رسول الله ﷺ المرأة تلبس لبسة الرجل.

٤- لعن رسول الله ﷺ الخامشة وجهها، والشاقة ثوبها عند المصيبة، والداعية بالويل والثبور.

٥- لعن رسول الله ﷺ من فرّق بين الوالدة وولدها.

٦- لعن رسول الله ﷺ شارب الخمر وعاصره وبائعه وآكل ثمنه، ويستوي في ذلك الرجل والمرأة.

٧- لعن رسول الله ﷺ مانع الصدقة وتدخل فيه المرأة.

٨- لعن رسول الله ﷺ من أظهرت شيئاً من عورتها.

٩- لعن رسول الله ﷺ المرأة التي تخلع ثيابها في غير بيت زوجها «أهلها».

مشروعية الحجاب

إن من المخالفات التي ارتكبها أكثر النساء خروجهن سافرات غير متحجبات، يفتنَّ الرجال ويفتتنَّ بهم. قال النبي ﷺ: «ما تركت بعدي فتنة هي أضر على الرجال من النساء». والحجاب أمر الله به في كتابه وعلى لسان رسوله ﷺ وعليه عمل أمهات المؤمنين، وعمل المؤمنات في القرون المفضلة إلى عصرنا الحاضر.

والسفور مخالفة لأمر الله وأمر رسوله ﷺ، والله - سبحانه وتعالى - يقول: ﴿ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ ﴾ (١)، والوجه واليدان من أعظم زينة المرأة، كما بين ذلك أهل العلم، وآية الحجاب صريحة في الأمر بالحجاب، والأمر يقتضي الوجوب.

والمرأة مأمورة كالرجل بغض البصر؛ لأن نظرها سهم مسموم من سهام إبليس، وهو لا يجوز إلا في الحالات المباحة: كالنظر لقصد الزواج، أو الشهادة، أو العلاج الذي لابد منه.

فاتقي الله أيتها المرأة المتبرجة بالزينة أمام الناس. واتقي الله يا من تخرجين إلى الأسواق غير مستترة. واتقي الله يا من تخالطين الرجال، وتنظرين إليهم وينظرون إليك. اتقي الله أيتها المرأة إن كنت تؤمنين بالله.

❁❁❁

(١) سورة النور، الآية: ٣١.

أختاه.. لا تستسلمي

أُختـاهُ لا تَستسلمِي وَخُذِي السلاحَ وَأَقْدمي
لاَ تذعني لا ترضخي فالعهدُ ألاّ تُهزمي
أبقي الخمارَ شعار عِزٍ في الحرائرِ قيم
أبقيه كُوني ثَورة تغلي كنار جهنم
أبقيه يَا أُختاهُ تفديكِ العيونُ وتسلَمي
رُوحي فِداك أُخيَّتي يَا قلعة لم تُهدَم
يَا قُوة عملاقة هَزت عُروشَ الآثمِ

للشاعر: محمود عمر.. (بتصرف)

إنا سمعنا

إنَّا سَمعنا أُختنا شَيئاً عُجاب!
قَالوا كَلاماً لا يسرُّ عَن الحِجَاب!
قَالوا خياماً علقت فوقَ الرقَاب

❁ ❁ ❁

قَالوا التأخرُ والتخلف في النقَاب
قَالوا ظَلاماً حَالكاً بَين الثيَاب
قَالوا الرشاقةَ والتطورَ في غِيَاب

❁ ❁ ❁

رَسموا طريقاً للتَبرُجِ لا يُضيعه الشباب
نَادوا بتحرير الفَتاةِ وألّفوا فِيه الكِتَاب
يَا أُختنا هُم سَاقطونَ إلى الحضيض.. إلى التُراب
يَا أُختنا هَذا عُواء الحَاقدينَ مِن الذِئَاب
يَا أُختنا هَذا نبَاح لا يُؤثّرُ فِي السحَاب

❁ ❁ ❁

يَـا أُختـنا صـبراً تـذوبُ بِـبحره كُـل الصِعَاب

يَـا أُختـنا أنَـت العفـيفةُ والمصـونةُ بالحِجَـاب

يَـا أُختـنا فِـيك العَـزيمةُ والـنَـزاهَةُ والـثَواب

❁❁❁

فالـــنَارُ مـــثَوى الظَـــالمِينَ لهَـــم عِقَـــاب

واللهُ يكشـــفُ ظُـــلمهم يَـــوم الحِســـاب

والجَـــنَّةُ المـــأوَى.. ويَـــا حُســـنَ المـــآب

❁❁❁

ستة تهوِّنُ المصيبة

ستة أشياء إذا ذكرتها هانت عليك مصيبتك

- أن كل شيء بقضاء وقدر.
- أن الجزع لا يرد عنك القضاء.
- أن ما أنت فيه أخف مما هو أكبر منه.
- أن ما بقي لك أكثر مما أخذ منك.
- أن لكل قدر وحكمة لو علمتها، لرأيت أن المصيبة عين النعمة.
- أن كل مصيبة للمؤمن لا تخلو من ثواب، أو مغفرة، أو تـمحيص، أو رفع شأن، أو دفع بلاء أشد، وما عند الله خير وأبقى.

علامة على صدق الأخوة

إذا أردت أن تختـبري صـدق مـودة أخـتك ومحبـتها لك، فمدي يدك إلى جيبها، ثم انظري إلى وجهها وعينها، ولا حاجة بك بعد ذلك إلى دليل.

۞۞۞

لا تغتري...

لا تغـتري بكـثرة مـن تَـرَيْ حولك من المعجبين والمحبين في أيام الرخاء، فقد لا تَرَيْنَ منهم في أيام محنتك إلا نصف أخت أو ربعها.

۞۞۞

صوني عقلك

قـال أعـرابيٌّ: صُـن عقلك بالحلم، ومروءتك بالعفاف، ونجدتك بمجانبة الخيلاء، وخلتك بالإجمال في الطلب.

۞۞۞

مما قيل في العقل

عقل المرأة بجمالها، وجمال الرجل بعقله.

(جوستاف لوبون)

العقول كمظلات المطر لا تنفع حتى تفتحها.

(لورد توماس)

مزايا العقل تخلق الحساد، ومزايا القلب تخلق الأصدقاء.

(لوبـــــــران)

إذا تمَّ العقل، ينقص الكلام.

(مثل عربـــي)

العاقلة هي التي تضع الشيء مواضعه.

(مثل عربـــي)

أمــــــران

أمران لا يعدمان في إنسان: شبابه وقوته.

وأمران لا يتغيران في إنسان: طبعه وشكله.

وأمران يكبران معه: عقله وعمله.

وأمران يصغران كلما كبر: ذاكرته وجَلَدهُ (صبره وتحمله).

وأمران لا يخجل منهما إنسان: ملء معدته، وقضاء حاجته.

وأمران يخجل منهما كل إنسان: السرقة والخيانة.

وأمران ينفعان كل إنسان: حسن الخُلق، وسماحة النفس.

وأمران يضران كل إنسان: حسد ذوي النعم، والحقد على أهل المواهب.

وأمران تضر الزيادة فيهما والنقصان: الطعام والشراب، والنوم.

وأمران يحبهما كل الناس: المال والجمال.

وأمران يكرههما كل الناس: الظلم والفساد.

❁❁❁

استعيني بالله

كـل عسـير إذا استعنت بالله فهو يسير. وكل يسير إذا اعتمدت فيه على نفسك أو أحد من دون الله، فهو عسير.

۞۞۞

حـــوار ذكـــي

رأى ثلاثـة زنادقـة شـيخاً نائمـاً تحت شجرة فتعاهدوا على أن يحرجوه، فـاتفقوا على أن يسأله كل واحد سؤالاً يعجز الشيخ عن إجابته، ويثير الشبهة لديه، فجاءوا إليه وأيقظوه، فدار بينهم الحديث التالي:

الأول: أنا لا أرى الله؛ فكيف أؤمن به؟

الثاني: كيف يكتب الله عليَّ أفعالي، ثم يحاسبني عليها، ويعاقبني؟

الثالث: ألم يخلق الجن من نار؟ فكيف سيعذبون فيها؟

فما كان من الشيخ إلا أن ضربهم بالطين، فأخذوه وشكوه إلى الوالي.

قالــوا: سألنا الشيخ ثلاثة أسئلة فلم يجبنا، بل ضربنا بالطين.

الوالي: لماذا ضربتهم ولم تجبهم أيها الشيخ؟

الشيخ: قـد أجبـتهم.. قـال الأول إنـه لا يؤمن بوجود الله لأنه لا يراه فضربته.

الأول: نعم، وقد آلمتني !

الشيخ: إن كانت قد آلمتك فأين ألمك؟

الثاني: ولكنْ لِمَ ضربتني؟!

الشيخ: كنت تسأل كيف يحاسبك الله على أمر قد كتبه عليك، وقد كتب الله عليك أن أضربك؛ فلماذا شكوتني؟

ثم قال: وسألني الثالث كيف يعذب الجن في النار وقد خلقوا من نار؟ وقد ضربته أيضاً.

الثالث: لقد آذيتني.

الشيخ: ألست مخلوقاً من طين؟ فكيف يؤلمك الطين؟

وكذلك يعذب الله الجان بالنار، كما خلقهم من نار.

الصدفة الغريبة

أنقذت امرأة تدعى «اليس بلابز» طفلاً عمره أربع سنوات، يدعى «روجر لوزييه» كان قد أشرف على الغرق.

وبعد تسع سنوات، وبينما كان «روجر» يجدف بقاربه على الشاطئ ذاته، استطاع أن ينقذ رجلاً من الغرق، واستطاع انتشاله من الماء.

والشيء الغريب أن هذا الرجل لم يكن سوى زوج السيدة «أليس» والتي سبق أن أنقذت الطفل من الغرق !!.

بين جهنم والسجن

القاضي: أتعرف أين تذهب إذا كذبت؟

المتـــهم: إلى جهنم.

القاضي: وإذا صدقت.

المتـــهم: إلى السجن.

۞۞۞

الفستان الوردي

الأم: ماذا تريدين: أن ألد لك ولداً أو بنتاً؟

الابنة الصغيرة: أريدك أن تلدي لي فستاناً ألبسه ويكون لونه وردياً.

۞۞۞

حيلة بارعـــة

أعلن أحدهم أنه يبيع آلة للخياطة ثمنها ربع ريال فقط !.

فاندهش الناس لهذا الإعلان وراحوا يبعثون إليه بأرباع الريالات من كل فج.

وكم كانت دهشتهم حينما أرسل لكل منهم إبرة.

أليست الإبرة آلة خياطة؟!

القطف الثاني

يتضمن هذا القطف الموضوعات التالية :

- المفاجأة السعيدة.
- منوعات.
- العناية بالبشرة.
- آداب الكلام.
- الفوائد التي نجنيها من التوبة.
- من أضرار الذنوب والمعاصي.
- شروط التوبة وعلامات القبول.
- أمور تعين على التوبة والاستمرار عليها.
- قضاء الصلاة.
- من آداب الصلاة.
- سجود السهو وبيان مواضعه.
- القبر صندوق العمل.
- خير النساء.
- احذري من الأماني.
- الأمور بنتائجها.
- البكاء من خشية الله.

- إتقان العمل.
- إليك أيتها المسلمة.
- شروط الحجاب الشرعي.
- الأعمال المنـزلية نوع من الرياضة.
- الصلاة رياضة بدنية.
- لا ضير على المرأة.
- ريحانة البيت.

المفاجأة السعيدة

أخذت السيدة الفرنسية «أديك» تنظف الأواني على حوض الغسيل.. وفي أثناء ذلك انزلق خاتمها من إصبعها.. وأخذ طريقه من الحوض إلى مصرف المياه.

وبعد عدة أيام ذهبت السيدة إلى سوق السمك، واشترت عدة سمكات.

وأثناء تنظيفها لسمكة من السمكات، عثرت على خاتمها المفقود في بطن السمكة.. وكانت مفاجأة.. ويا لها من مفاجأة سعيدة !!

۞۞۞

منوعات

نعمتان مجهولتان: الصحة والأمان.

(علي بن أبي طالب)

من يملك الصحة يملك كل شيء، ومن يفقدها فَقَدْ فَقَدَ كُلَّ شيء.

(مثل فرنسي)

القوة لا تحل المشكلة دائماً.

(محمد رشيد)

الذي ينتصر على غيره قوي، ولكن الذي ينتصر على نفسه فهو الأقوى.

(أرسطو)

الألوان والأذواق لا يتجادل بهما.

(مثل فرنسي)

سأعلن رأيي فيما أؤمن به اليوم، ولو خالف كل ما جاء على لساني بالأمس.

(فيلييس)

اليأس لا يليق بالنفوس الكبيرة.

(نيتشه)

الزمن كعقارب الساعة لا يعود إلى الوراء.

(طاغور)

لا تكرهوا أولادكم على أعمالكم؛ لأنهم خلقوا لزمان غير زمانكم.

(علي بن أبي طالب)

اتقوا من تبغضه قلوبكم.

(بلزاك)

العنايـة بالبشـرة

البشرة الدهنية:

هـي الـتي تتميز بإفـراز زائـد مـن الدهـون. ومـن مشـاكل هذه البشرة؛ تعرضها للإصـابة بحبوب الوجـه، والـرؤوس السـوداء والدمـامل؛ نتيجة لتراكم الدهون داخل الغـدد الدهـنية. وهذه الصورة شبيهة لما يحدث في حالة حَبِّ الشباب. وكثيراً ما تتعرض

البشرة الدهنية للالتهاب، وخاصة حول الأنف، وعند الحواجب.

ويرجع زيادة إفراز الدهون إلى زيادة نشاط الغدد الدهنية الذي يرجع غالباً لأسباب تتعلق بهرمونات الجسم، وتساعد كذلك بعض الأطعمة على زيادة إفراز الدهون، مثل كثرة تناول الأطعمة: كالشطة، والفلفل، والمخللات، وأيضاً المسبك، والحمر، وكثرة أكل الشيكولاتة.

وتستلزم العناية بالبشرة الدهنية غسلها عدة مرات في اليوم بالماء، مع استعمال صابون جيد، أو يمكنك استعمال صابون طبي للتخلص من الدهون.

واحرصي دائماً أثناء الغسيل على دعك الوجه جيداً في حركة دائرية؛ حتى تضمني تخلص المسام من الدهون.

ولمزيد من العناية، يمكنك بعد الغسيل مسح الوجه بسائل قابض لقفل مسام الجلد، ومنع تراكم الدهون والأقذار خلالها. ويفيدك استعمال عصير الليمون لهذا الغرض، فبللي وجهك بطبقة رقيقة من عصير الليمون، واتركيها بضع دقائق حتى تجف، ثم اشطفيها بالماء. اهتمي بتجنب تناول الأطعمة السابق ذكرها حتى يقل إفراز الدهون.

البشرة الجافة:

هي التي تتميز بقلة إفراز الدهون؛ ربما لضعف وصول الدم إليها. لكن كثيراً ما يظهر جفاف البشرة لمؤثرات خارجية؛ مثل كثرة الصابون، وخاصة إذا كان رديء النوع. كذلك، لاحظي أن بعض أنواع المساحيق ودهانات الوجه تتسبب في حساسية البشرة وجفافها؛ لذلك لا تتسرعي في دهان وجهك بأي

كـريم أو مـرهم قـبل الـتأكد من ملاءمته لطبيعة بشرتك. وأحياناً يتسبب بقاء الماكـياج عـلى الوجـه لفـترة طويلـة في حدوث الجفاف؛ لذلك احرصي دائماً عـلى إزالـته قبل النوم. ومن الممكن أن تكون طبيعة بشرتك جافة دون وجود أي سبب.

لا تحـتاج البشـرة الجافـة لكـثرة الغسـيل والتنظـيف، كمـا تحتاج البشرة الدهنـية؛ فـيكفي غسـل وجهـك في الصباح وفي المساء، ولكن تجنبي على قدر الإمكان استعمال الصابون في التنظيف.

ويفـيدك جـداً للعـناية بالبشـرة الجافة عمل قناع للوجه من فترة لأخرى باسـتخدام اللـبن الزبادي، على أن تقومي بشطفه بعد حوالي ربع ساعة، فهذا يساعد على حيوية بشرتك ونضارتها.

البشرة العادية:

لا تحتاج البشرة العادية إلى طرق عناية خاصة، ولكن كل ما تحتاجينه هو الحـرص على ألا تتحول إلى بشرة جافة بكثرة الغسيل بالماء والصابون؛ فيكفي غسـل بشـرتك صباحاً ومساءً باستخدام الصابون جيداً، أو استخدام كريم أو سائل للتنظيف، على أن يكون بعيداً عن منطقة العينين.

۞۞۞

من آداب الكلام

خلق الله الإنسان في أحسن تقويم، وشقّ له سمعه وبصره، وزوده بمعجزة العقل، وآتاه وسائل التعلم والاكتساب.

ومن مهمات اللسان الكثيرة التعبير عن حاجات النفس وإيصال المعلومات إلى الغير عن طريق النطق والكلام.

وأمر الله - تعالى - المسلم بمراعاة أقواله كما يراعي أعماله؛ ولهذا قيل «من عد كلامه من عمله قل كلامه».

وأمره أن يقول الحق الذي يرضيه، وأن يراقبه في الكلمة تخرج من فيه.

هذه قيمة الكلمة في الإسلام، حتى لقد صار المسلم يتورع في النطق كما يتورع في المآكل والمشرب، فيجتنب اللغو وما لا طائل من ورائه، كما يتجنب المحرمات والشبهات.

كيف لا يكون ذلك وهو يمتثل قوله تعالى: ﴿مَّا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ۝﴾ (١).

وبين أيدينا باقة من آداب الكلام نبسطها كما يلي:

١- اختيار أجمل الكلام، وأحسن الألفاظ أثناء مخاطبة الناس، كما يختار أطايب الطعام، والرد على ما يسمعه منهم بلباقة وتهذيب.

٢- التمهل في الكلام وبيانه؛ حتى يفهم المستمع المراد من الحديث، ويعقل مقصوده ومغزاه.

---

(١) سورة ق، الآية: ١٨.

٣- مخاطـبة المسـتمع عـلى قـدر فهمـه، وبمـا يناسـب ثقافـته ومسـتواه العلمي.

٤- تجـنبي الخـوض في أحاديـث لا عـلم لـك بهـا، أو غـير متأكدة من صحتها، أو لا يُعلم عنها إلا الظن، فإن الظن أكذب الحديث.

٥- تجنبي الثرثرة واللغو والكلام الذي لا طائل منه.

٦- تعقلي الكلام قبل النطق به، وتفكري في عواقبه.

٧- الصـمت لمـن هـو أعلى مقاماً وأرفع قدراً وأغزر علماً وأكبر سناً، والإصغاء لكلامه، والإقبال عليه بالسمع والبصر.

٨- تجـنبي الكـلام حـتى ينتهي المتكلم في المجلس؛ لأن مجلس العقلاء لا يتكلم فيه اثنان معاً.

٩- تجـنبي مقاطعـة أحـد، أو تصـحيح كلامه، أو تجريحه، أو تخطيئه، أو السخرية من كلامه.

١٠-خفـض الصـوت وعـدم رفعـه أكـثر مـن الحاجة، وتجنبي الصخب والضجيج والصراخ والانفعال.

١١-الـتزمي الهـدوء والابتسام أثناء الكلام، وعدم التجهم والعبوس في وجوه الآخرين.

١٢-تجـنبي الخبيـث مـن الكـلام، والهجـين مـن الألفـاظ؛ لأن المؤمن لا يكون فاحشاً ولا بذيئاً.

١٣- تجنبي الحلف والإكثار من القسم أثناء الكلام، وعدم الحلف إلا لضرورة.

١٤- تجنبي الحلف بمخلوق: كالنبي، والكعبة، والملائكة، والآباء، والحياة، والرأس، والشرف... إلخ.

١٥- ألزمي اللسان كثرة الاستغفار كلما بدرت منه سيئة، أو صدرت عنه خطيئة.

١٦- اقرئي القرآن الكريم، واحرصي أن يكون لك ورد يومي منه، وحاولي أن تحفظي منه قدر ما تستطيعين لتنالي الأجر العظيم يوم القيامة.

١٧- ليس جميلاً أن تتحدثي بكل ما سمعت، فإن في هذا مجالاً للوقوع في الكذب، فعن أبي هريرة - رضي الله عنه - أن النبي ﷺ قال: «**كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل ما سمع**».

١٨- إياك والتباهي «الافتخار» بما ليس عندك لأجل التكثر والارتفاع في أعين الناس.

١٩- إن لذكر الله تأثيراً عظيماً في حياة المسلم الروحية والنفسية والجسمية والاجتماعية، فاحرصي - أختي المسلمة - على ذكر الله في كل وقت وكل حين.

٢٠- إذا أردت الحديث فإياك والتعاظم والتفاصح والتقعر في الكلام، فهي صفة بغيضة إلى رسول الله ﷺ.

٢١-إياك وإكثار الضحك، وكثرة الكلام والثرثرة، وليكن لك أسوة برسول الله ﷺ من إطالة الصمت وطول الفكر، وعدم إكثار الضحك والاستغراق فيه، وليكن حديثك إن تحدثت بخير، وإلا فالصمت أولى بك.

٢٢-احذري كل الحذر من السخرية من طريقة كلام الآخرين؛ كمن يتلعثم في كلامه، أو عنده شيء من التأتأة أو اللثغة.

٢٣-إذا سمعت قراءة القرآن فاقطعي الحديث أيّاً كان موضوعه؛ تأدباً مع كلام الله، وامتثالاً لأمره.

٢٤-اتقي الله أختي المسلمة، وطهري مجلسك من الغيبة والنميمة امتثالاً لأمر الله، واحرصي أن تكون الكلمة الصالحة والطيبة في سبيل النصح والإرشاد والخير العميم، فالكلمة مسؤولية عظيمة. فكم من كلمة أوجبت سخط الله على صاحبها، وهوت به في قعر جهنم.

٢٥-احذري - حفظك الله - من حضور مجالس السوء والاختلاط بأهلها. وسارعي - رعاك الله - إلى مجالس الفضيلة والخير والفلاح.

٢٦-إذا جلست مجلساً وحدك، أو مع بعض أخواتك، فليكن ذكر الله دائماً على ألسنتكن؛ حتى ترجعن بالخير وتحظين بالأجر.

٢٧-إذا أردت القيام من المجلس فتذكري أن تقولي دائماً: «سبحانك

الـلهم وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك»؛ حتى يغفر لك ما كان من لغط في ذلك المجلس.

٢٨- مراقبة اللسان وحفظه، وحبسه وكفه عن المهلكات والمحرمات التالية:

- ❑ الكذب في الجد والهزل، فهو من أعظم الذنوب وأشد الكبائر.
- ❑ الغيبة، وهي ذكر أحد بما يكره، وهي تدل على نقص فاعلها وخسة نفسه وقلة مروءته.
- ❑ النميمة، وهي نقل الأحاديث السيئة للإيقاع بين المتحابين، وهي تدل على خبث النفس وضعتها وأنانيتها.
- ❑ المراء والجدال العقيم، وقيل وقال، والخوض فيما لا طائل منه ولا ثمرة بعده.
- ❑ تزكية النفس، والاعتداد بها، والتحدث عن أعمالها ومناقبها وأمجادها ومآثرها.
- ❑ اللعان والسباب والفحش والشتم والطعن، والولوغ في أعراض الناس وسمعتهم همزاً ولمزاً.
- ❑ ذم أي شيء، واحتقار أي مخلوق، والدعاء على أي أحد.
- ❑ كثرة المزاح، وإضحاك الآخرين، حتى تصير عادة تسقط المهابة وتذهب بالحياء.

- السخرية من الناس، والاستهزاء بضعفائهم، وتنقيص أقدارهم، والحط من مكانتهم.
- المبالغة في المدح، والتكريم والتعظيم، حتى يصير تملقاً ونفاقاً.

۞۞۞

الفوائد التي نجنيها من التوبة

أولاً: التوبة تمحو عنك الذنوب: قال ﷺ: «**التائب من الذنب كمن لا ذنب له**».

ثانياً: التوبة تبدل السيئات إلى حسنات. قال الله تبارك وتعالى: ﴿ إِلَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَٰلِحًا فَأُوْلَٰٓئِكَ يُبَدِّلُ ٱللَّهُ سَيِّـَٔاتِهِمْ حَسَنَٰتٍ﴾ (١).

ثالثاً: التوبة تطهر قلب التائب.

رابعاً: التوبة سبب في الحياة الهادئة المطمئنة.

خامساً: التوبة سبب في سعة الرزق والقوة. قال الله تبارك: ﴿ فَقُلْتُ ٱسْتَغْفِرُواْ رَبَّكُمْ إِنَّهُۥ كَانَ غَفَّارًا ۝ يُرْسِلِ ٱلسَّمَآءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا ۝ وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَٰلٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّٰتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَٰرًا ۝ ﴾ (٢).

---

(١) سورة الفرقان، الآية: ٧٠.

(٢) سورة نوح، الآيات: ١٠-١٢.

سادساً: التوبة سبب الفلاح في الدنيا والآخرة. قال الله تبارك وتعالى: ﴿ فَأَمَّا مَن تَابَ وَءَامَنَ وَعَمِلَ صَٰلِحًا فَعَسَىٰٓ أَن يَكُونَ مِنَ ٱلْمُفْلِحِينَ ﴿٦٧﴾ ﴾(1).

من أضرار الذنوب والمعاصي

الوَحْشَةُ فِي القَلْبِ ،	حِرمَانُ العِلْمِ،
محق البركَة ،	حِرمَانُ الطاعَة،
ضيقُ الصَدرِ ،	قِلةُ التوفيق،
الطبعُ عَلى القلب ،	هَوانُ المذنب،
نُزولُ النِقم ،	ذهابُ الحياء،
عَذابُ الآخرةِ ،	سُوءُ الخَاتمة.

شروط التوبة وعلامات القبول

- الندم على اقتراف الذنب، قال ﷺ: «الندم توبة».
- الإقلاع عن الذنب.
- العزم على عدم العودة لفعله مرة أخرى.

---

(1) سورة القصص، الآية: ٦٧.

• إرجاع الحقوق المترتبة، أو المأخوذة نتيجة لهذا الذنب، أو طلب المسامحة، أو التنازل من أصحاب الحقوق؛ فمثلاً من سرق وجب عليه أن يعيد ما سرقه لصاحبه بطريقة مباشرة «أو غير مباشرة إذا خشي ترتب مفسدة».

وبعد أن تعرفنا على شروط التوبة لابد من معرفة علامات قبولها، كما ذكرها الشيخ محمد بن عثيمين – حفظه الله – :

- انشراح الصدر والطمأنينة.
- سهولة الطاعة على الإنسان.
- محبة الخير وكراهية الشر.

۞۞۞

أمور تعين على التوبة والاستمرار عليها

١ – إخلاص النية لله – تعالى – في التوبة وجميع الأعمال الأخرى.

٢ – أن تجتهد التائبة قدر ما تستطيع في عمل أعمال صالحة تثبتها – بعد توفيق الله – على الخير.

٣ – أن تستشعر قبح وفداحة الذنب أو الذنوب التي ارتكبتها، وضررها عليها في الدنيا والآخرة.

٤– أن تبتعد عن المكان الذي كانت تمارس فيه المعصية.

٥ – إتلاف الأدوات المحرمة التي كانت تعمل بها المعصية، أو كل ما يذكرها بتلك المعصية.

٦ – أن تجد لنفسها رفقة صالحة تعينها على الخير، وألا تجالس رفيقات السوء اللاتي كانت تعمل المعاصي معهن.

٧ – أن تداوم على قراءة الآيات المخوفة للمذنبين في القرآن الكريم، والسنة المطهرة لتزجرها عن الرغبة في العودة للغفلة، وكذلك آيات قبول التوبة والترغيب بها.

٨ – أن تتذكر أن العقوبة المعجلة قد تأتيها في أي وقت.

٩ – أن تداوم على ذكر الله – سبحانه وتعالى – .

قضاء الصلاة

اعلمي أيتها المؤمنة أن من نام عن صلاة، أو نسيها حتى خرج وقتها وجب عليه قضاؤها فوراً بلا تراخٍ، أما ترك الصلاة عمداً فإنه يكفر به صاحبه؛ ولذا اختلف العلماء في هل تارك الصلاة عمداً تقبل منه لو قضاها أو لا تقبل؟

أقسام الصلاة:

اعلمي أيتها المؤمنة أن الصلاة أقسام، وهي كالتالي:

- **الفرض:** هو الصلوات الخمس التي هي الصبح، والظهر، والعصر، والمغرب، والعشاء.
- **السنن المؤكدة:** وهي صلاة العيدين، والاستسقاء، والكسوف للشمس، والخسوف للقمر، والوتر، وركتا الفجر؛ وهما ركعتان قبل صلاة الصبح.
- **السنن غير المؤكدة:** وهي الرواتب: ركعتان قبل الظهر، وركعتان بعده، وركعتان قبل العصر، وركعتان بعد المغرب، وركعتان بعد العشاء، وتحية المسجد ركعتان قبل الجلوس في المسجد لمن أراد أن يجلس.
- **النوافل المقيدة:** مثل: صلاة الضحى وأقلها ركعتان وأكثرها ثمانية، وركعتان بعد الوضوء، وركعتان قبل المغرب، وصلاة التراويح في رمضان.

- **النوافل المطلقة:** هي صلاة المرء بالليل والنهار من غير ما ذكر آنفاً.

أوقات لا تصلّى النافلة فيها:

اعلمي أيتها المؤمنة أن هناك أوقاتاً لا تُصلَّى فيها النوافلُ، وهي:

- من صلاة الصبح إلى أن تطلع الشمس وترتفع قيد رمح.
- عندما تكون الشمس في كبد السماء حتى تزول ويدخل وقت الظهر.
- مـن بعد صلاة العصر إلى أن تغرب الشمس ويدخل وقت المغرب، أما تحية المسجد فإنها تصلى في كل وقت.

من آداب الصلاة

- الصلاة هي أول ما يحاسب عليه العبد.
- وهـي آخـر وصية وصى بها الرسول ﷺ أمته وهو يفارق هذه الدنيا لاحقاً بالرفيق الأعلى قائلاً: «**الصلاة، الصلاة، وما ملكت أيمانكم**».
- وهي أول صفات المتقين.
- وهي الحد الفاصل بين الإيمان والكفر.
- وهي دعوة سيدنا إبراهيم، ووصية الأنبياء والمرسلين.

هذا، وللصلاة آداب نجمل بعضها فيما يلي:

- الإقـبال عـلى الصـلاة برغبة ومحبة، وبهمة ونشاط، وبشوق لمناجاة الله عز وجل.

- تحسين الهيئة قبل الدخول في الصلاة باختيار الملابس النظيفة والتعطر والتسوك.
- قضاء الحوائج الهامة والأعمال الضرورية قبل الصلاة لتفريغ القلب مما سوى الله عز وجل.
- عن عائشة - رضي الله عنها - قالت: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «لا صلاة بحضرة الطعام، ولا هو يدافع الأخبثين».
- لزوم السكينة والوقار، والهدوء والأناة عند الإقبال لأداء الصلاة.
- الدخول في الصلاة بتوجه القلب إلى الله - عز وجل - وسكون الأطراف والجوارح، ولزوم التواضع والخشوع بين يدي الله تعالى، والتذلل والهيبة لعظمة الله عز وجل.
- تجنبي الالتفات والشرود، والضحك، والعبث بالثوب أو باليدين أثناء الصلاة.
- النظر إلى موضع السجود مطرقة مفكرة، وتجنبي رفع البصر إلى السماء.
- التعقل والتفكر والتدبر لمعاني الآيات والأذكار، وتجنبي الغفلة والسهو في الصلاة.
- الاطمئنان في أداء الصلاة، وتجنب العجلة في أركانها وحركاتها.
- مدافعة السعال والتثاؤب والعطاس والجشاء أثناء الصلاة ما

استطعت، وخفض الصوت بها إن صدرت منك مثل هذه الأمور.

- الإسـراع إلى أداء الصـلاة أول الوقـت، وعـدم تأخيرهـا إلى آخـر الوقت تكاسلاً بدون عذر.
- الجلوس في المصلى عقب كل صلاة للاستغفار والذكر والدعاء.
- المحافظـة عـلى أداء السـنن الـتابعة للفـرائض، وعـدم الـتهاون بها والترخـيص في تركها؛ لأنها زيادة في التقرب إلى الله تعالى، وجبران لما نقص من الفرائض.

سجود السهو وبيان مواضعه

عرفت أيتها المؤمنة أن من تركت ركناً من أركان الصلاة بطلت صلاتها، إلا أن تأتي به، وأن من تركت واجباً سهواً فعليها أن تجبر صلاتها بالسجود، وصلاتها صحيحة. والآن إليك أمثلة لذلك:

- إن نسيت قراءة الفاتحة وتذكرت قبل الركوع، أو وأنت راكعة، فإنك تعودين قائمة، وتقرئين الفاتحة ثم السورة. وإن تذكرت أنك ما قرأت الفاتحة وأنت في الركعة الثانية، فإنك تجعلين الركعة التي أنت فيها هي الأولى، وتلغين الركعة الأولى التي لم تقرئي فيها الفاتحة. ثم تتمين صلاتك، وتسجدين بعد السلام سجدتين، ثم تسلمين.
- إن تركت ركعة أو سجدة وأنت ساهية، وتذكرت ذلك وأنت في الركعة التي بعدها، فإنك تلغين تلك الركعة، وتتمين صلاتك، وإذا فرغت فاسجدي للسهو سجدتين وسلمي.
- أما إذا تذكرت أنك سجدت سجدة واحدة، وأنت تتشهدين فاسجدي السجدة المنسية وتشهدي، واسجدي للسهو وسلمي، وصلاتك صحيحة إن شاء الله تعالى.
- إن نسيت قراءة السورة، أو قول سمع الله لمن حمده، أو التشهد

الأول الذي بعد الركعتين، أو التسبيح في الركوع أو السجود، فإنك تسجدين قبل السلام، وبعد التشهد سجدتي السهو، ثم تسلمين وصلاتك صحيحة إن شاء الله تعالى.

- إن نسيت فزدت ركعة أو سجدة، ثم تذكرت، فإنك تسجدين بعد السلام سجدتي السهو، ثم تسلمين.

❁❁❁

القبر صندوق العمل

يا فتاة الإسلام:

اتقـي الله يـا أمة الله وراقبيه، فاليوم عمل ولا حساب. وغداً حساب بلا عمـل.. واعـلمي أن الإنسـان لا يـزال يـلهو ويلعب حتى يأتيه الموت فينتبه.. كـيف بـك يـا أمـة الله إذا بلغـت الـروح الحلقـوم، والتفـت السـاق بالساق، وفارقـت الأهـل والأحـباب؟! كـيف بـك إذا حملت على الأكتاف، ووسدت الـتراب؟! فأصـبحت في ظـلمة الدُجى، وضيق اللحود؟! كيف بك إذا جاءك منكر ونكير، فأجلساك، وأقعداك، وجدًا في السؤال؟!

كيف بك إذا خرجت من القبور يوم البعث والنشور؟! كيف بك إذا تطايرت الصحف، ونصب الصراط، ووضع الميزان؟! الله الله أمة الله، هذا هو المآل وهذا هو المصير: ﴿ حَتَّىٰٓ إِذَا جَآءَ أَحَدَهُمُ ٱلْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ٱرْجِعُونِ ﴿٩٩﴾ لَعَلِّىٓ أَعْمَلُ صَٰلِحًا فِيمَا تَرَكْتُ ۚ كَلَّآ ۚ إِنَّهَا كَلِمَةٌ هُوَ قَآئِلُهَا ۖ وَمِن وَرَآئِهِم بَرْزَخٌ إِلَىٰ يَوْمِ يُبْعَثُونَ ﴿١٠٠﴾ ﴾ [(١)].

۞۞۞

---

(١) سورة المؤمنون، الآيتان: ٩٩، ١٠٠.

خيـر النســـاء

يقـول ابـن سـينا: خـير النسـاء العاقلـة المتديـنة، الحبيـبة الفطنة، الودود الولـود، القصـيرة اللسـان، المطاوعـة العنان، الناصحة الحبيب، الأمينة الغيب، المتـبذلة في خدمـة زوجها، تحسن تدبيرها، وتكثر قليله بتقديرها، وتجلو أحزانه بجميل أخلاقها، وتسلي همومه بلطف مداوتها.

وقـال آخـر: خـير النسـاء مـن عفَّت وكفَّت، ورضيت باليسير، وأكثرت التزين، ولم تظهر لغير زوجها.

وقـال ثالـث: خـير النسـاء المبقـية عـلى بعـلها، الصـابرة عـلى ضُـرها؛ مخافـة أن تـرجع إلى أهـلها، فهـي تؤثـر حـظ زوجهـا عـلى حـظ نفسـها، فـتلك الكريمة الكاملة.

۞۞۞

احذري من الأماني

مـن أمـاني الـنفس الـباطلة أن ترجـئي العمل إلى وقت تكونين فيه أكثر فـراغاً أو أكـثر نشـاطاً، فـإنك لا تدريـن أيـأتي الوقـت كما تتمناه نفسك، أم يفوتك العمل في الوقتين معاً؟!

۞۞۞

الأمور بنتائجها

إذا كان المرض يصحح لك خط سيرك، فهو بدء الشفاء.

وإذا كان الفقر يجبرك على حفظ النعمة، فهو بدء الغنى.

وإذا كان الألم يصرفك عن التفكير في الشر، فهو بدء السعادة.

وإذا كان الموت يقصيك عن الشقاء والتعاسة، فهو بدء الحياة.

❁❁❁

البكاء من خشية الله

كانت امرأة بالعراق متعبدة يقال لها «منية»، وكانت لها ابنة أشد عبادة منها. فكان الحسن البصري – أحد التابعين الأجلاء – ربما رآها وتعجب من عبادتها وهي ما زالت صغيرة. وبينما الحسن البصري ذات يوم جالس إذ أتاه آتٍ فقال: أما علمت أن الفتاة الصغيرة قد نزل بها الموت؟ فوثب الحسن وذهب إليها، فلما رأته الصبية بكت، فقال لها: يا بُنية ما يبكيك؟ قالت له: التراب يُحثى على شبابي ولم أشبع من طاعة ربي.

والله لو كنت ذاهبة إلى مكة لطال بكائي؛ فكيف وأنا أجهز إلى ظلمة القبور ووحشتها؟!

❁❁❁

إتقان العمل

أتى رجل إلى خياط ليخيط له ثوباً، فاجتهد الخياط لتكون الخياطة جيدة ومتقنة.

ولما جاء صاحب الثوب أعطاه الأجرة، وأخذ الثوب وذهب. وفي اليوم الثاني عاد الرجل، وأتى الخياط وقال له: وجدت في الخياطة بعض العيوب، وأراه مكانها.

فبكى الخياط، فقال له الرجل: ما قصدت أن أحزنك، وأنا راضٍ بالثوب.

فقال له الخياط: ليس على هذا أبكي، إني عملت جهدي لأتقن لك الخياطة، ثم خرجت هذه العيوب.

فأنا أبكي على طاعتي لربي، وقد اجتهدت فيها عمري، فكم فيها من العيوب ! تأملي يا أختاه هذا الموقف، وتفكري فيه، نسأل الله أن يتجاوز عن تقصيرنا.

إليك أيتها المسلمة

أختي المسلمة، إن الجواهر كلها تعوض إن سرقت أو ضاعت أو كسرت، إلا أنت، فمن ذا الذي يعوضنا المرأة المسلمة، الشريفة، العفيفة...؟

أختي المسلمة، اعلمي أن أهل العلم قد بينوا شروطاً للحجاب ثمانية، فاحرصي على حفظها والعمل بها..

شروط الحجاب الشرعي

أولاً: أن يكون الحجاب مستوعباً لجميع البدن بلا استثناء؛ فالوجه والكفان والقدمان والذراعان من العورة التي يجب سترها.

ثانياً: ألا يكون الحجاب زينة في نفسه؛ كأن يكون مزخرفاً، أو ملوناً بألوان لافتة للنظر، أو منقوشاً بخيوط فضية أو ذهبية.

ثالثاً: أن يكون صفيقاً متيناً، ولا يكون شفافاً.

رابعاً: أن يكون واسعاً فضفاضاً غير ضيق؛ فيصف شيئاً من جسمها، أو يظهر أماكن الفتنة في الجسم، أو يلف عليه فيجسم الصورة ونحو ذلك.

خامساً: ألا تكون الثياب مطيبة أو معطرة.

سادساً:ألا يشبه لباس الرجال.

سابعاً: ألا يشبه لباس الكافرات مثل أن يكون قصيراً.

ثامناً: ألا يكون ثوب شهرة؛ لقوله ﷺ: «من لبس ثوب شهرة في الدنيا ألبسه الله ثوب مذلة يوم القيامة، ثم ألهب فيه ناراً».

الأعمال المنــزلية نوع من الرياضـة

إن أي جهـد يـبذل؛ سـواء كـان بممارسـة الرياضـة، أو من خلال القيام بالأعمـال اليومـية، يتطلـب بـذل طاقـة. وبالـتالي صرف سعرات حرارية من الجسم، وكمية السعرات المفقودة تتوقف على نوع العمل المبذول. تكون كبيرة بالنسبة للرجل العامل بالمهن اليدوية التي تتطلب بذل الكثير من الجهد، وتقل عند أولئك الذين يمارسون عملاً مكتبياً يكاد يخلو من الحركة والنشاط.

وإذا نظـرنا لـلمرأة نـرى أن غـزو المعـدات الكهربائـية أغلـب الأعمال المنـزلـية مـن غسـيل وكـيٍّ وتنظـيف وكنس ومعدات تحضير الطعام، قد أراح المـرأة بشـكل كـبير جـداً، ولكنه قد جلب العديد من المتاعب الصحية. فازداد الـوزن، وكـثرت الشـحوم والدهـون، وصـارت المرأة فريسة لأمراض العصر «تصـلب الشـرايين، وارتفـاع ضـغط الدم، ومرض السكر». وزاد الأمر سوءاً دخـول الخادمـات لـبعض الـبيوت، لـيحملن العـبء المتـبقي المتضمن لبعض الحركة، فاستكانت ربّة البيت للراحة والكسل، واستيقظت الأمراض لديها.

وإذا أجريـنا تقـيـيماً للأعمـال المنـزلـية المختلفة التي اعتادت أن تقوم بها ربـة المنـزل بمفردها، نرى أنها تستهلك الكثير من السعرات الحرارية الواجب صرفها، ويغيب ذلك عن بال ربّة المنـزل في أغلب الأحيان؛ وهو ما يؤدي إلى حصـول تكـدس بطـيء في السـعرات الحـرارية داخـل الجسـم «عـلى شـكل شحوم».

فمـنذ الصـباح، ومـع إطلالـة فجـر جديـد، نجد أن الأعمال اليومية من إعـداد للفطور، مروراً بأعمال الكنس والتنظيف، وتنظيم أثاث المنـزل وتنسيق الحديقـة، ثـم الغـداء وما بعده من أعمال وواجبات تجاه أفراد الأسرة، تتطلب مـا يقـارب خمسـمائة سعر حراري يوميّاً، وهو رقم لا بأس به للمحافظة على الوزن.

۞۞۞

الصلاة رياضة بدنية

الصلاة هي إحدى أركان الإسلام وعمود الدين، وغرة الطاعات، والصلة بين العبد وربه، والملجأ الذي يأوي إليه المسلم؛ يناجي ربه، ويطهر قلبه من شهوات النفوس وأعراض الدنيا، والمحطة الروحية التي يتزود فيها المسلم يومياً بالنفحات الإيمانية.

والصلاة بعد ذلك كفائدة ثانوية، تعتبر من أرقى التمرينات الرياضية الحركية. ويؤديها المسلمون برغبة أكيدة وكبيرة في أوقاتها المحددة والثابتة، ويمكن إجمال فوائدها في التالي:

- تقوية عضلات الجسم وليونة المفاصل بشكل عام.
- تقوية عضلات العمود الفقري.
- ليونة مفاصل الكعبين.
- تقوية عضلات البطن.
- توقيت الصلاة ينظم حياة الأسرة، ويعودها على اليقظة باكراً، واستقبال اليوم بهمة ونشاط دون الركون للكسل والنوم.

❁❁❁

لا ضير على المرأة

لا ضير على المرأة أن تكون ربة بيت متعلمة. فإن حكمة العليم الخبير اقتضت أن تكون كذلك لتؤدي دورها المرسوم في الحياة. فإن المرأة تَفْضُلُ الرجل في تدبير شؤون البيت، وتربية الولد، والقيام عليه بما جُبلت عليه من الحنان والرقة؛ والمرأة تخشى كثيراً أن تفقد أنوثتها التي هي أخص خصائصها، وتفزع كثيراً إذا ما ضمر ثدياها، أو نبت لها شعر في وجهها، أو خشن صوتها، أو غير ذلك مما هو من خصائص الرجال. وخوض المرأة في المجالات التي هي من خصائص الرجل يفقدها كثيراً من خصائصها التي تبكي عليها كثيراً إذا فقدتها.

لقد ظهر في الغرب طبقة جديدة من النساء منذ أواخر القرن الماضي أطلق عليها «الجنس الثالث». هذه الطبقة تمثل المترجلات من النساء اللواتي يأبين إلا الخروج على فطرتهن، والزج بأنفسهن في ميادين الرجال. وقد فقد هذا الصنف من النساء أنوثتهن فلم يعدن نساء، ولم يدخلن في عداد الرجال؛ ذلك أنهن يخالفن الرجال طبيعة وتركيباً ويخالفن النساء وظائف وأعمالاً.

فاحذري أختي الطالبة، أختي المعلمة، أن تكوني من هذا الصنف، واقنعي بما أنت فيه، فهو خير لك. ولا يضرنك كلام المتكلمين، وقول القائلين، واعلمي أن السعادة تكون للمرأة كما تكون للرجل. ولكي تصلي إلى هذه القناعة يجب عليك أن تعرفي نفسك ودورك في الحياة.

ريحانة البيت

أنـــا في البيـــت رَيحانَـــة   بعطـــرِ الديـــن مُـــزدانَة
حَـــباني اللهُ إحســـانه   فقمـــتُ أذيـــعُ إيمانَـــه
أنَـــا أمٌّ.. أنـــا بنـــت   أنَـــا زوجٌ.. أنـــا أخُـــت
ومـــني يخـــرجُ النبـــت   وقَـــد هذبـــت إنســـانة
بـــدُوني لا تقـــومُ حـــيَاه   تُســـبح نـــورَ وجـــهِ الله
وفضـــلُ اللهِ لا أنسَـــاه   ولا أقصـــيه شـــكرانَه
عَرفـــتُ بفضـــله الحقَّـــا   فَقمـــتُ لـــنُوره أرقَـــى
عَرفـــت الديـــنَ والصِـــدْقَا   يَمـــدُ علَـــيَّ أغصـــانه
إلـــه الـــناس أكـــرمني   وحَـــرَرني وعلَّمـــني
وبالإيمَـــانِ أفهمـــنِي   حُقوقـــي.. عَـزَّ ســـبحانه

أنـا في البيـت ريحانـة

شعر / محمد فتحي نصار

القطف الثالث

يتضمن هذا [redacted] الموضوعات التالية:

- لو كانت المرأة جنساً آخر.
- ترتيب عمر المرأة.
- عارضة الأزياء.
- الزاوية الطبية - زيادة العرق.
- لكي لا تصابي بالأرق.
- المرأة وترشيد الاستهلاك.
- أكثر الناس.
- لقمانيات.
- لا تفعلي تسعاً.
- شر البلية ما يضحك.
- قالوا عن الفكر.
- قالوا عن العقل.
- السلوك وآداب اللياقة.
- رباعيات في محاسن المرأة.
- سر شباب المرأة.
- فلسفة.
- العلاقات الهاتفية.
- هل أنت امرأة مرحة؟
- اضحكي مع الظرفاء.
- قلب الأم وقلب المرأة.
- قالوا عن القلب.
- قولي.. ولا تقولي..
- تعلمت من أبي.
- السيادة والسادة.

لو كانت المرأة جنساً آخر

لـو خُلقـت المـرأة طائـراً لكانـت طاووسـاً .. ولو خُلقت حيواناً لكانت زرافة .. ولو خلقت حشرة، لكانت فراشة... ولكنها خُلقت بشراً ! فأصبحت أمّاً وربة بيت، ونعمة ما بعدها نعمة على وجه الأرض.

❁❁❁

ترتيب عمر النساء

تقول العرب تعبيراً عن عمر المرأة ما يلي:

- إذا كانت صغيرة فهي: طفلة.
- إذا تحركت فهي: وليدة.
- إذا برز ثديها فهي: كاعب.
- إذا زاد بروزه فهي: ناهد.
- إذا بلغت وأدركت فهي: معصر.
- إذا تجاوزت سن الزواج فهي: عانس.
- إذا توسطت الشباب فهي: خود.
- إذا جاوزت الأربعين فهي: مسلف.
- إذا كانت بين الشباب والتعجيز فهي: نصف.
- إذا عجزت وفيها تماسك فهي: شهبرة.
- إذا صارت عالية السن ناقصة القوة فهي: حيزبون.
- إذا انحنى قدها وسقطت أسنانها فهي: قلعم.

عارضة الأزياء

«فايبان» عارضة الأزياء المشهورة، فتاة في الثامنة والعشرين من عمرها. تركت العطور والفراء ودنيا الأزياء، جاءت لتعيش مع الأسرة المسلمة.

تعترف «فايبان» فتقول: «لولا فضل الله عليَّ، ورحمته بي لضاعت حياتي في عالم ينحدر فيه الإنسان ليصبح مجرد حيوان؛ كل همه إشباع رغباته وغرائزه، لا قيم ولا مبادئ.. ».

«كان الطريق أمامي سهلاً؛ فسرعان ما عرفت طعم الشهرة، وغمرتني الهدايا الثمينة التي لم أكن أحلم باقتنائها.. ولَكَمْ كان الثمن غالياً! فكان يجب أولاً أن أتجرد من إنسانيتي، وكان شرط النجاح والتألق أن أفقد حساسيتي، وأتخلى عن حيائي الذي تربيت عليه، وأفقد ذكائي.. كما عليَّ أن أُحْرَم من جميع المأكولات اللذيذة، وأعيش على الفيتامينات الكيميائية، والمقويات والمنشطات، وقبل كل ذلك أن أفقد مشاعري تجاه البشر؛ لا أكره، ولا أحب، ولا أرفض أي شيء.. ».

ثم تعترف وتقول:

«لقد تعلمت كيف أكون باردة، قاسية، مغرورة، فارغة من الداخل.. لا أكون سوى إطار يرتدي الملابس، فكنت جماداً يتحرك ويبتسم، ولكنه لا يشعر».

ثم تقول:

«عشت أتجول في العالم عارضة لأحدث خطوط الموضة بكل ما فيها من تبرج وغرور، ومجاراة لرغبات الشيطان في إبراز مفاتن المرأة دون خجل ولا حياء».

«لم أكن أشعر بجمال الأزياء فوق جسدي المفرغ إلا من الهواء والقسوة، بينما كنت أشعر بمهانة نظرات الناس لي، واحتقارهم لي شخصياً، واحترامهم لما أرتديه».

الزاوية الطبية - زيادة العرق

زيادة إفراز العرق هو أمر طبيعي؛ يحدث مع الارتفاع الشديد لدرجة الحرارة، أو بعد أداء مجهود عضلي شاق، لكن قد تعاني بعض الفتيات من غزارة العرق بصورة غير طبيعية؛ وهو ما يسبب لهن بعض المضايقات والخجل، وذلك بسبب انبعاث العرق برائحة كريهة نتيجة لتحلل العرق والأنسجة التالفة بالبكتيريا والفطريات.

وهناك نوعان من غزارة العرق؛ إما حدوث زيادة في عرق الجسم كله، أو حدوث زيادة في عرق بعض مناطق الجسم، مثل: تحت الإبطين، كفي اليدين، باطني القدمين، منطقة العانة.

زيادة عرق الجسم عموماً:

يزداد عرق الجسم بصفة عامة في الحالات التالية:

- زيادة نشاط الغدة الدرقية (الموجودة بالرقبة): وهنا يصاحب زيادة العرق وجود بعض الأعراض الأخرى، مثل: رعشة بأصابع اليد، وفقدان في الوزن، وتوتر عصبي، وجحوظ بالعينين، وقد يظهر ورم بالغدة الدرقية.

- السمنة المفرطة.
- أمراض الحميات.
- تعاطي المشروبات الكحولية.

أبحث عن نومي !

قـبض صـاحب الشـرطة عـلى لص، بينما كان يدور على المحلات ليلاً، فأخذ يصفعه ويسأله: عن أي شيء تفتش في الأزقة وفي منتصف الليل؟

فأجابه: هرب نومي، وأنا أبحث عنه!!

❁❁❁

لكي لا تصابي بالأرق

الأرق هـو: عـدم القدرة على النوم، ولا يقدّر الإنسان قيمة النوم إلا إذا قضى ليله ساهراً.

والأرق درجـات: إمـا أن يكون مجرد قلق في أثناء النوم، أو نوماً متقطعاً مضـطرباً غـير كـاف في مجموعـه لإحـداث الـراحة، أو مفـزعاً نـتيجة كـثرة الأحـلام. وإما أن يكون على هيئة صعوبة في جلب النوم؛ بحيث لا يأتي النوم للإنسان بعد رقاده إلا بعد مضي مدة طويلة ومحاولات عدة، أو أن يكون نوماً سـطحيّاً؛ فلا يستريح منه الجسم ولا الفكر، ويستيقظ منه النائم لأقل المنبهات أو مع عدم النوم كليّاً، وهذا ما يسمى السُهاد.

إذا توافر للإنسان كل ما تعود في نومه، ولم ينم بعد ذلك، واضطرب نومه، فلابد من سبب لهذا الأرق، وهناك أسباب كثيرة؛ سواء كانت في أوائل الليل، أو في أواخره.

ومن أهم هذه الأسباب:

التعب الشديد أو قلة الحركة - التخمة أو الجوع - الضوضاء والهم والغم - زيادة تنبيه المخ من كثرة العمل والإجهاد - الإفراط في شرب المنبهات والشاي - المرض - شدة الحرارة الجوية أو برودتها.

ولكي تتخلصي من الأرق وتحصلي على نوم هانئ دائماً فيجب اتباع النصائح التالية:

١ - لا تنهمكي في العمل أو القراءة أو الحديث حتى اللحظة التي تأوي فيها إلى مضجعك.

٢ - لا تذهبي إلى فراشك وأنت جائعة؛ فليس ثمة شيء يحول دون النوم كالمعدة الفارغة، ومثلها أيضاً المعدة المتخمة بالطعام. فالأفضل العشاء الخفيف السهل الهضم. وإن كوباً من اللبن أو الحليب الساخن وقطعة بسكويت تحول بينك وبين الجوع، وتسمح لك بالنوم الهادئ العميق. وإن أكل الدسم في الساعات المتأخرة وشرب المنبهات يسبب الأرق.

٣ - يجب أن تكون حياتنا منظمة ومواعيد النوم محددة وفي ساعات مبكرة، وثابتة يومياً.

٤ - يجب أن تكون غرفة النوم جيدة التهوية، وألا يتسللها الضوء الخارجي، وأن يكون جوها الداخلي معتدلاً، ليس بارداً شديد البرودة

ولا حاراً، ويختلف مستوى اعتدال الغرفة من شخص لآخر.

٥ - عليك بأذكار النوم، وَكِلِي الأمور إلى الله، ودعي عنك الهمَّ والخوفَ.

المرأة وترشيد الاستهلاك

للمرأة دور رئيسي في ترشيد الاستهلاك، ومحاصرة الإسراف المخيف الذي ما فشا في أسرة إلا جعل أفرادها عبيداً لشهواتهم، معدومي الإحساس بمن حولهم.

المرأة مقياس الاستهلاك في الأسرة والمجتمع والوطن. فالمرأة هي التي تحدد ما يريد البيت، وتنمي في الأولاد روح الجد والادخار، أو تدفعهم إلى هاوية الإسراف والتبذير. وهي التي بصلاحها يصلح الرجل - وبشكرها تصان النعم - فانظري إلى يديك؛ أهما مشغولتان بمد العون والإحسان للمحتاجين؟ أم مشغولتان برمي أنعم الله في المزابل؟

۞۞۞

أكثر الناس

أكثر الناس يقولون ما لا يفعلون، ويبتسمون لمن لا يودون، ويصادقون مَنْ لا يأتمنون، ويخضعون لمن لا يحترمون، ويتملقون من لا يحبون، ويقتنون ما لا يحتاجون، ويدخرون ما لا يستعملون، ويبخلون بما يملكون، ويحبون ما به يتضررون، ويكرهون ما منه ينتفعون، وينفقون أعمارهم فيما لا يستفيدون.

۞۞۞

لقمانيات

قال لقمان لابنه: يا بُنيَّ:

- لا تضحك من غير عجب.
- ولا تمش في غير أرب (حاجة أو منفعة).
- ولا تسأل عما لا يعينك.
- يا بُنيَّ إنه من يَرحَمْ يُرحَمْ.
- ومن يصمت يسلم.
- ومن يقل الخير يغنم.
- ومن يصحب صاحب السوء لم يسلم.
- ومن يقل الباطل يأثم.
- ومن يدخل مدخل السوء يتهم.
- ومن لا يملك لسانه يندم.
- يا بُنيَّ لا تُضع مالك، وتصلح مال غيرك، فإن مالك ما قدمت، ومال غيرك ما تركت !
- يا بُنيَّ زاحم العلماء بركبتيك، وتنصت إليهم بأذنيك، فإن القلب يحيا بنور العلماء كما تحيا الأرض الميتة بمطر السماء.
- يا بُنيَّ إن الدنيا بحر عميق لا ساحل له، قد غرق فيه كثير من الناس فاجعل سفينتك فيها تقوى الله تعالى.

لا تفعلي تسعاً

لا تفعلي تسعاً فتسمعي تسعاً:

- لا تتدخلي فيما لا يعنيك؛ فتسمعي ما لا يرضيك.
- ولا تتكلمي وأنت مغضبة؛ فتسمعي ما يزيدك غضباً.
- ولا تمدحي مغرورة؛ فتسمعي منها ما فيه احتقارك.
- ولا تشكي لمن لا يغار عليك؛ فتسمعي ما يزيدك ألماً.
- ولا تبدي سخطك على جاهلة؛ فتسمعي منها ما يزيدك غيظاً.
- ولا تنصحي من تستهين بك؛ فتسمعي منها ما يشعر بامتهانك.
- ولا تعظي مفتونة برأيها؛ فتسمعي منها ما يزري برأيك.
- ولا تتحدثي إلى متخاصمين بما يسخطهما؛ فتسمعي منهما ما يجعلك ثالثهما.
- ولا تذكّري إنسانة وهي مغضبة بما قدمت لها من خير؛ فتسمعي منها إنكار ذلك كله.

❁❁❁

شر البلية ما يضحك !!

خلق الله - عز وجل - الإنسان في أحسن صورة، وجعله في أفضل هيئة، ودعاه إلى التزين والتجمل. وأباح - عز وجل - للنساء في أمور الزينة والتجمل؛ ما لم يبحه للرجال. وذلك لكون غريزة حب التزين عند النساء أكبر منها عند الرجال؛ ولهذا أباح لهن الحرير والذهب، وحرمهما على الرجال.

ومع مراعاة الإسلام لهذا عند المرأة؛ فإنه دعا لضبطها بضوابط شرعية. فحدد لها حدوداً ينبغي عدم تجاوزها، وحرم أشياء يجب عدم انتهاكها؛ حرصاً على كرامتها، وحماية لها من كل ضرر في دينها أو عقلها أو نسلها أو مالها.. وعندما تنفلت المرأة من هذه القيود والضوابط الشرعية؛ فإنها تتردى حتى تصل إلى حد السفه والحماقة.

ومن أمثلة هذا الانفلات ما قرأته عن الفتاة الأمريكية «كاثي ليوك»؛ حيث استبدلت وجهها بوجه آخر ياباني؛ حتى تستطيع أن تتزوج من الشاب الياباني الذي أحبته خلال إقامتها في اليابان. فقد رفضت أسرة الشاب الياباني أن تزوج ابنها إلا من إحدى اليابانيات.. وإزاء ذلك، وحتى تستطيع «كاثي» أن تتزوج عشيقها، ذهبت إلى أحد جراحي التجميل، وطلبت منه أن يغير ملامح وجهها حتى تبدو كاليابانيات. فقام الطبيب بتعريض أنفها وتغيير

شكل حاجبيها حتى تصبح عيونها ضيقة !! وبعد كل هذا رفضت الأسرة الزواج.

أما عن حبيبها فلم يعجبه وجهها «الأمريكي - الياباني»، وتركها وتزوج من فتاة يابانية، وأمام هذه الخيبة لجأت «كاثي ليوك» مرة أخرى لجراحة التجميل لاستعادة وجهها الأمريكي !.

قالوا عن الفكر

- متى أفاق الفكر لا يعود إلى النوم.

(كونفوشيوس)

- لا يمكن للمرء أن يصل إلى المعرفة إلا بعد أن يتعلم كيف يفكر.

(مثل بوذي)

- نعم القرين الرضا، والفكر مرآة صافية.

(الإمام علي بن أبي طالب)

السلوك وآداب اللياقة (الإتيكيت)

آراء:

إذا سمعـت رأيـاً يخـالف رأيـك فـلا تقاطعي قائله، ولا تظهري الضجر والـتأفف، بـل افـتحي صدرك لآراء الناس ليفسحوا صدورهم لآرائك؛ لأنك لن تستطيعي أن تفرضي آراءك على الناس.

استطلاع:

لا تدعي حب الاستطلاع يستبد بك إلى حد استراق السمع، أو اختلاس النظر نحو الناس في بيوتهم، أو في خلوتهم، أو في شرفات مساكنهم. فليس هناك ما يجعلك مكروهة أكثر من شعور الناس بأنك تراقبينهم.

استعارة:

خير لك أن تستكملي كل نقص في بيتك؛ حتى لا تستعيري شيئاً من الجيران، فالاستعارة تضايقهم مهما أبدوا من رحابة صدر.

أصابع:

لا تطرقي أصابعك بين الناس، ولا تُبللي أصابعك بلعابك عندما تريدين تقليب صفحات المجلة أو الكتاب. إن هذا يتنافى مع الصحة كما يتنافى مع الجمال والذوق.

افتخار:

لا تفاخري بجمالك ولا بمالك ولا بأصلك الطيب؛ فلست أنت صانعة شيء من هذا؛ وخير لك أن يُتحدث عنك من أن تتحدثي أنت عنها فيقال: إنك حديثة نعمة أو مغرورة.

آلام:

إذا كنت تشعرين بألم لأي سبب، اعملي في صمت على إزالة أسبابه، ولا تقضي طوال الوقت في الشكوى منه وشرح أطواره، فإن لكل إنسان متاعبه وآلامه التي لا تسمح له بالاهتمام بآلام الآخرين.

إملاء:

عندما تكتبين لاحظي أن يكون خطك واضحاً تسهل قراءته، وخاصة في الأسماء، فخطأ الأسماء يترك في النفوس أسوأ الأثر.

انتقال:

إذا انتقل أصدقاء أو أقارب لك إلى مسكن جديد، فابعثي إليهم في مسكنهم الجديد بباقة من الورد مع تهنئة رقيقة؛ متمنية لهم أياماً سعيدة في مقرهم الجديد، ولا تزوريهم إلا بعد وقت كاف؛ ليكونوا قد نظموا أثاثهم، وأصبحوا مستعدين لاستقبال الضيوف.

إهمال:

لا تؤجلي عمل ما يمكنك عمله؛ فربما وجدتِ ظروفاً تشغلك عن أدائه. ولا تهملي هندامك إذا كنت في بيتك، بل بادري إلى أخذ زينتك المعقولة بعد استيقاظك مباشرة؛ من أجل مظهرك أمام أسرتك. وقد تفاجئين بزائرين على غير موعد.

بسمة:

البسمة عنوان الرقة والذوق السليم؛ فاجعليها ملازمة لك.. ابتسمي

عند المصافحة للقاء أو للوداع. وابتسمي عند الاستئذان، وعند السؤال عن شيء، وعند تقديم الشكر.

تريقة:

(التريقة) نوع من السخرية، لا يصدر إلا عن قلب متحجر، أو عاطفة جامدة؛ فاحذري هذه العادة التي تفقدك الصديقات، وتذهب باحترامك.

تطفل:

التطفل ممقوت في كل صوره: التطفل بتوجيه الأسئلة عن الخصوصيات، والتطفل بالتدخل في الخلافات دون أن توجه لنا الدعوة للتدخل.

هاتف:

للتحدث في الهاتف آداب في مقدمتها:

١- أن تبتدئي بالسلام (السلام عليكم ورحمة الله وبركاته) عندما يرفع من تتحدثين إليه السماعة.

٢- اسألي عمن تريدين التحدث معه.

٣- احذري من التحدث في ساعة مبكرة أو في ساعة متأخرة، فالحديث في مثل هذه الأوقات مزعج.

٤- لا تتخذي الهاتف وسيلة تسلية ودردشة، ولا ترفعي صوتك أكثر مما يجب، ولا تخفضيه حتى لا يكاد يُسمع.

٥- لا تطيلي الحديث؛ سواء من هاتفك، أو من هاتف غيرك، فقد يكون هناك من يريد أن يطلب نفس الرقم.

ثمن:

إذا اشتريت هدية فانزعي البطاقة التي عليها الثمن قبل أن تقدميها للمهداة إليها.

سمنة:

إذا جلست في مجلس به سيدة بدينة؛ فلا تتحدثي عن الرشاقة، ولا عن متاعب السمنة، ولا عن قبح الكرش؛ فقد تسيء البدينة تأويل حديثك أو تظنه تعريضاً بها.

شهادة:

لا تفخري بما تحمليه من شهادات؛ فليست الشهادة دائماً دليلاً على الثقافة الواسعة، والدليل عليها هو حديثك وسلوكك.

زينة:

تزيني وقتما تشائين... ولكن في غير حضور زوجك، فإذا حضر فعليك أن تستقبليه متزينة.

كتمان:

إذا ائتمنت على سر فكوني أهلاً لحمل الأمانة، ولا تفشيه أبداً في أي ظرف من الظروف.

كتاب:

إذا استعرت كتاباً فلا تعيريه لأحد أبداً، وحافظي عليه كل المحافظة، ورديه قبل أن يطلبه صاحبه.

مطبخ:

إذا دعتك صديقة لتناول الطعام عندها؛ ورأيت أنها مشغولة في إعداد الطعام في المطبخ، فلا تذهبي إليها في المطبخ، وتقحمي نفسك في عملها بدعوى مساعدتها. إن هذا العمل قد يسبب لها ارتباكاً؛ مع تسليمنا بحسن نيتك. ولكن بعض الناس لا يحبون أن يطلع أحد على طريقتهم في الطبخ وإعداد الطعام، فلا ترتكبي هذه الغلطة إلا إذا دعتك ربّة البيت نفسها لمساعدتها.

مواعيد:

لا تُخلفي موعداً، معتمدة على اعتذار رقيق تقدمينه، فإن قبول عذرك ما هو إلا مجاملة ممن أخلفت موعدهم؛ ولكن خلف الموعد نفسه يبقى أثره السيئ في نفوسهم؛ ومن الواجب ألا تذهبي لزيارة أحد إلا بعد تحديد موعد سابق.

آداب:

يجب النظر في وجه الشخص الذي يتحدث إليك، فإن عادة النظر إلى أي اتجاه آخر عند محادثة شخص معين عادة غير مستحبة؛ وتوحي بعدم الاكتراث بالحديث، وتدل على قلة الذوق.

❁❁❁

رباعيات في محاسن المرأة

- **أربعة أشياء بيضاء:**

البشرة، والأسنان، والعيون، والساق !

- **أربعة أشياء حمراء:**

اللسان، والشفتان، والوجنتان، واللثة !

- **أربعة أشياء سوداء:**

شعر الرأس، والحاجبان، ورموش العين، والحدقة !

- **أربعة أشياء مستديرة:**

الرأس، والعنق، والساعد، والعرقوب !

- **أربعة أشياء طوال:**

الظهر، والأصابع، والذراعان، والساقان !

- **أربعة أشياء واسعة:**

الجبهة، والعينان، والصدر، والوركان !

- **أربعة أشياء دقيقة:**

الحاجبان، والأنف، والشفتان، والأصابع !

- **أربعة أشياء غليظة:**

العجز، والفخذان، والعضلتان، والركبتان !

- **أربعة أشياء صغيرة:**

الأذنان، والثديان، والكفان، والقدمان !

- **أربعة أشياء عفيفة:**

الطرف، والبطن، واللسان، واليد !

سر شباب المرأة !

يقول أحد أدباء الصين: إن هناك ثلاثة أسباب يختفي وراءها سر شباب المرأة الدائم:

- الابتسامة المشرقة.
- والذاكرة التي تستطيع أن تطرح وراءها الأحزان والهموم.
- وشباب القلب الذي يخفق دائماً بحب الآخرين.

❁❁❁

فلسفة

يقول فيلسوف: «لكل امرأة فلسفة، ولكن في المرأة فقط»:

- فالممثلة ترى أن المرأة مسرحية، والزوج بطلها.. ولا يحط من قيمة البطل الفنية أن تشوه سمعته !..
- والغانية ترى أن المرأة كالزهرة ! لابد أن تقطف ! وإلا ذبلت..
- والفلاحة ترى أن المرأة هي الزوجة التي تنجب أطفالاً !
- ولكن الأم ترى أن الزوجة مثل الأنبياء.. صاحبة رسالة !
- ويقول فيلسوف آخر: «لكل شخص طريقة في الكلام»:
- فالمرأة تتكلم بعينيها !
- والرجل يتكلم بلسانه !
- والمجرم يتكلم بيديه !
- والشرطي يتكلم برجليه !

العلاقات الهاتفية

كان جهاز الهاتف - ولا يزال - وسيلة ضرورية من وسائل الاتصال التي لا يُستغنى عنها، وبدونها يجد الإنسان مشقة كبيرة، ويصبح معزولاً عن الناس، لا سيما في هذا العصر الذي بعدت فيه المسافات، وكثرت فيه المشغلات.

ولقد كان العبث بهذا الجهاز موجوداً منذ زمن. ولكنه ازداد في الآونة الأخيرة بشكل خطير، وأصبح يشكل مصدر إزعاج وقلق لكثير من الناس، بل تسبب - في كثير من الأحيان - في تفكك الأسر، وخراب البيوت. وانتهاك الأعراض، ووقوع الجرائم البشعة التي ذهب ضحيتها كثير من الفتيات خاصة؛ والشباب كذلك، والبداية: مكالمة تافهة بغرض التسلية وتزجية الوقت !

والآن أترككم مع هذا الاعتراف لأهل ذلك العبث من أحد الشباب؛ ليحدثنا بكل صراحة عن مقاصدهم وتجاربهم؛ علها تكون عبرة لمن أرادت أن تعتبر؛ فماذا يقول؟

يقول أحد الشباب:

«إن معظم الشباب، إن لم يكونوا جميعهم، يعتقدون بفشل علاقة زوجية من هذا النوع. وقد يمتد الأمر بالبعض إلى إنشاء أكثر من علاقة مع أكثر من فتاة. وفي ذلك دلالة واضحة على عدم جدية الشباب في علاقة زوجية منشؤها الهاتف؛ لإيمانه المطلق بفشله مسبقاً، إما لعدم توافر الثقة الكافية التي

تسمح باتخاذ مثل هذا القرار، وإما لصعوبة ترجمته للوسط المحيط به من الأهل والأقارب».

ويقول آخر:

«إن الشاب حين يرفع سماعة الهاتف بهدف المعاكسة لا يبحث عن الحب بقدر ما يبحث عن التسلية، أما الفتاة فبحكم تكوينها النفسي وعاطفتها المفرطة فهي تنقاد بشكل كامل نحو عواطفها ورغباتها دون تفكير؛ مما ينشأ معه شعور قوي جداً بالحب والميل نحو الطرف الآخر ألا وهو الشاب. ومن ثم فهي تنتظر نهاية هذه العلاقة بالزواج».

فاحذري أيتها الفتاة اللبيبة من تلك الذئاب البشرية، واستمسكي بدينك واربئي بنفسك عن مثل هذه العلاقات الفاشلة.

❁❁❁

هل أنت امرأة مرحة؟

تُرى، هل أنت - أيتها الفتاة - امرأة مرحة أم لا؟

بالطبع أنت تعرفين نفسك أكثر من غيرك ! ولكن هل تعلمين:

☑ أن المرأة المرحة يطول عمرها وعمر زوجها وعمر بيتها؟

☑ أن المرأة المرحة تظل دائماً في سن العشرين ! وحياتها في شهور من العسل؟

☑ أن أرق الألحان وأعذب الأنغام لا يعرفها إلا قلب المرأة، وبالتحديد المرأة المرحة؟

ورجل البيت يبحث عن هذه المرأة.

❁❁❁

اضحكي مع الظرفاء

الموقف المخجل:

قال رئيس الشرطة موجهاً حديثه إلى أحد الشباب:

أين والدك ليراك في هذا الموقف المخجل؟

فرد عليه الشاب فوراً: هو عندكم في السجن منذ ثلاث سنوات.

الدواء:

وصف طبيب بيطري دواء لحمار أحد الفلاحين. فأتى الفلاح ووضع الدواء في أنبوبة من المطاط، ووضعه في فم الحمار؛ وقبل أن ينفخ فيه لكي يذهب إلى بطن الحمار، نفخ فيه الحمار فدخل بطن الفلاح.

حنين:

القاضي: لماذا أشعلت النار عمداً في مقر عملك؟

العاملة: لأني كنت في حاجة إلى زوجي.

القاضي: وما دخل زوجك في الموضوع؟

العاملة: لأنه من فرقة الإطفاء يا سيدي.

البئر:

نظر أحد المغفلين إلى بئر، فرأى خيال وجهه على صفحة الماء، فذهب إلى أمه وقال لها: يا أمي، في البئر لص.

فجاءت الأم فتطلعت، فرأت فيه خيال وجهها، فقالت: صدقت ومعه أمه.

طرفي الدنيا:

تزوج أحد المغنين بنائحة «التي تبكي على الميت من غير أهله مقابل بعض المال» فسمعها تقول: اللهم أوسع لنا في الرزق، فقال لها: يا هذه، إنما الدنيا فرح وحزن، وقد أخذنا بطرفي ذلك؛ فإن كان فرح دعوني، وإن كان حزن دعوك إليه.

يدعو لأمه:

قال الأصمعي: سمعت أعرابيّاً يقول: اللهم اغفر لأمي، فقلت له: ما لك لا تذكر أباك؟ فقال: إن أبي رجل يحتال لنفسه، وإن أمي امرأة ضعيفة.

وسمع مرة رجلاً أعرابياً يدعو لأمه ولا يذكر أباه فسأله عن ذلك فقال: لقد مات أبي وأنا صغير.

قلب الأم... وقلب المرأة !

♥قلب الأم مدرسة الطفل.

♥قلب الفتاة وردة.. لا يفتحها إلا قُبلة الحب.

♥قلب المرأة باب لبيت الإنسانية.

♥قلب المرأة درج حافل بقطع معطرة من ذكرياتها.

♥قلب المرأة رقيق ينكسر باللفظ الرشيق.

♥قلب المرأة لؤلؤة تحتاج إلى غواص ماهر.

♥قلب المرأة مصنع للأكاذيب.

❁❁❁

قالوا عن القلب

○ إن القلوب تمل كما تمل الأبدان، فابتغوا لها طرائف الحكمة.

«علي بن أبي طالب»

○ قلب المرأة أضعف الأشياء.

«شكسبيـر»

○ القلب القاسي شر من اليد اللامية.

«.........»

○ القلب يدرك ما لا تدركه العين.

«الغزالي»

- القلب هو الذي يصنع كل شيء.

«موليير»

- لا شيء أكثر عذوبة وصلابة من القلب.

«مثل ألماني»

- المرء بأصغريه: قلبه، ولسانه.

«الإمام علي بن أبي طالب»

قولي.. ولا تقولي..

- لا تقولي: رتوش.
  - ولكن قولي: لمسات
- لا تقولي: السكرتير.
  - ولكن قولي: «الأمين» أو «كاتب السر».
- لا تقولي: المياه الغازية.
  - ولكن قولي: المياه الفوَّارة.
- لا تقولي: الكنبة.
  - ولكن قولي: المتكأ أو الأريكة.
- لا تقولي: الراديو.
  - ولكن قولي: المذياع.
- لا تقولي: التلسكوب.
  - ولكن قولي: المقراب.
- لا تقولي: التلفون.
  - ولكن قولي: الهاتف.

تعلمت من أبي

حينما كنت في السادسة من عمري أراني أبي ثمرة برتقال كبيرة داخل زجاجة عادية، فتملكني العجب؛ كيف أدخلت هذه البرتقالة الكبيرة من فوهة الزجاجة الضيقة؟!

وحاولت إخراجها فلم أستطع.. وسألت أبي كيف دخلت؟! فأخذني أبي إلى حديقة المنزل، وجاء بزجاجة أخرى فارغة، وربطها في غصن شجرة برتقال حديثة الثمار، ثم أدخل في الزجاجة إحدى الثمرات الصغيرة وتركها.. ومرت أيام فإذا البرتقالة تكبر وتكبر.. وإذا هي لا يُستطاع إخراجها !!

وحين عرفت السر وزال عجبي قال لي أبي: سوف يصادفك كثير من الناس على الرغم من ذكائهم وثقافتهم ومراكزهم، إلا أنهم قد يسلكون مسلكاً لا يتفق مع مراكزهم وتعليمهم، ويمارسون عادات ذميمة لا تناسب مراكزهم، وسوف يزول عجبك حين تدركين أن تلك العادات الذميمة قد غرست في نفوسهم منذ حداثتهم فنمت معهم، وتعذر تخلصهم منها كما يتعذر إخراج البرتقالة الكبيرة من الزجاجة !!

وكأنما نقشت هذه الكلمات في ذاكرتي فلم أنسها بعد ذلك.. وكانت لي نعم العون على اجتناب العادات السيئة قبل أن تكبر معي، ويستفحل أمرها، ولا أستطيع التخلص منها !!

السيادة والسادة

محمـــــد ﷺ : سيد البشـــر.

سلمـــان - رضي الله عنه - سيد الفـرس.

صهيـــب - رضي الله عنه - سيد الـــروم.

بـــلال - رضي الله عنه - سيد الحبشـــة.

الطـــــور: سيد الجبـــال.

الجمعــــة: سيد الأيــام.

القـــرآن: سيد الكــلام.

البــــقرة: سيد القــرآن.

آية الكرسي: سيـد البقـرة.

القطف الرابع

يتضمن هذا القطف الموضوعات التالية:

- دعوة إلى التعلم.
- قالوا عن العلم.
- أمثال متداولة بين الناس.
- أقسام الصيام وأنواعه.
- للحفاظ على سلامتك.
- النهي عن التبرج والخروج لغير حاجة.
- افيقي أخيَّة.
- كيف تتجنبين آلام الظهر؟
- أدوات الإسعاف الأولية.
- شموس وأقمار.
- الإسلام وتكريم المرأة.
- شكل العيون ودلالاتها.
- علامات وسمات من يدركون لغة العيون.
- لماذا يختلف طعم القهوة من نوع إلى آخر؟
- أفضل النساء.

دعوة إلى التعلم

أخـتي المسـلمة: الشـريعة الإسـلامية أحكامها حكيمة، وأهدافها سامية، ورعايـتها شاملة، وأنت ممن شملك الله - عز وجل - برعايته في كتابه الكريم وفي سـنة رسـوله الأمـين ﷺ ، ووضـع الله لـك حـدوداً، وجعل لك حقوقاً، وعلـيك واجـبات، وأمـرك بكـل مـا فـيه عـزك وسعادتك في الدنيا والآخرة، ونهاك وحذرك من كل ما فيه ذلك وشقاؤك في الدنيا والآخرة.

وأمـرك - سـبحانه - أن تعـبديه وتراقبـيه وترجي رحمته وتخشي تنكيله؛ وبذلـك تحـيين في هـذه الدنـيا حـياة كـريمة، وتـنجين مـن عـذاب قبر ما أشد ضيقه، وتفوزين في الآخرة بجنات تجري من تحتها الأنهار خالدة فيها.

أختي المسـلمة: وممـا يثبـتك على الإيمان، ويحملك على التقوى والإنابة وعـبادة الله عـلى بصيرة؛ العلم الشرعي والتفقه في دين الله. وخير ما تتعلمين مـنه وتنهلين هو كتاب الله - عز وجل - فلازميه تلاوة وتدبراً، وراجعي كتب التفسـير فـيما أشـكل علـيك مـن الآيـات، ولازمـي أحاديث رسول الله ﷺ، وقفـي على شروح أهل العلم لها؛ لكي يتبين لك رعاية ديننا الإسلامي للمرأة المسـلمة، وطـالعي كتـب السـيرة الـتي تناولـت سـيرة نبيـنا محمدٍ ﷺ وسيرة الصـحابيات الفضـليات؛ حتى تقتدي بهن، وتتعرفي على أحوالهن. ثم عرجي يـا فـتاة الإسـلام عـلى ما تستطيعين من الكتب الإسلامية الأخرى، واستغلي وقتك في النافع والمفيد.

قالوا عن العلم

⌘ اطلبي العلم من المهد إلى اللحد. (أثر)

⌘ لا حسب كالتواضع، ولا شرف كالعلم. (مثل عربي)

⌘ ما مات من أحيا علماً، ولا افتقر من ملك فهماً. (مثل عربي)

⌘ العالم كبير وإن كان حدثاً. (الإمام علي بن أبي طالب)

أمثال متداولة عند الناس

- الوهم نصف المرض. (مثل إسباني)
- الزائد أخو الناقص. (مثل لبناني)
- من لا يخسر لا يربح. (.......)
- اشتري لك وللسوق. (شعبي)
- لولا المربي ما عرفت ربي. (عاميّ)
- آخر الدلع الندامة. (لبناني)
- الجار قبل الدار. (عربي)
- ليالي السرور قصيرة. (مثل شعبي)
- عز نفسك تجدها. (مثل عاميّ)
- اشتدي أزمة تنفرجي. (عربي)

أقسام الصيام وأنواعه

اعلمي أيتها المؤمنة: أن الصوم من خير القرب، وأعظمها أجراً، وأن الله - تعالى - قال فيه: «كل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به». والصوم فرض وتطوع. فالفرض صوم رمضان؛ إذ هو إحدى قواعد الإسلام الخمس، وأما التطوع فهو كثير: منه المعين، ومنه غير المعين؛ فالمعين هو:

١- صوم يوم عاشوراء وتاسوعاء قبله.

٢- صوم يوم عرفة لغير الحاج.

٣- صيام الأيام البيض، وهي: الثالث عشر، والرابع عشر، والخامس عشر من كل شهر.

٤- صوم يومي الاثنين والخميس.

٥- صيام ستة أيام من شوال.

وغير المعين هو الصيام المطلق من كل شهر وطوال السنة، وأحب الصيام إلى الله - تعالى - صيام يوم بعد يوم لقوله ﷺ: **«أحب الصيام إلى الله صيام داود، كان يصوم يوماً ويفطر يوماً»**.

ما يَحرُم من الصيام وما يُكره:

اعلمي أيتها المؤمنة أن من الصوم ما يكون مُحرَّماً، ومنه ما يكون مكروها.

فالمحرم ما يلي:

١- صيام الحائض والنفساء.

٢- صيام يومي العيد.

٣- صيام أيام التشريق[1].

٤- صيام المريض الذي يُخشى هلاكه.

والمكروه ما يلي [2]:

١- صيام الدهر، بمعنى أن تصومي ولا تفطري السنة كلها.

٢- الوصال وهو صيام يومين بلا فطر بينهما.

٣- صيام يوم الشك [3].

٤- صيام المرأة بدون إذن زوجها، وهو حاضر غير غائب، وهذه الكراهة كراهة شديدة.

وصيام ما يلي الكراهة فيه كراهة خفيفة، وهو:

- صيام يوم الجمعة منفرداً، كذا يوم السبت.

- صيام أواخر شعبان.

- صيام يوم عرفة لمن هو بعرفة حاجّاً.

---

(١) أيام التشريق هي الأيام التي يكون الحاج فيها بمنى.

(٢) كل صوم محرم أو مكروه ثابت ذلك بدليله من السنة الصحيحة، واستغنينا عن ذكر الأحاديث الواردة في ذلك اختصاراً.

(٣) يوم الشك هو آخر يوم من شعبان. وهو اليوم المكمل للثلاثين حالة عدم ثبوت الهلال.

للحفاظ على سلامتك

سيدتي الفاضلة، عزيزتي ربّة البيت:

إليك تعليمات وإرشادات يجب الاهتمام بها لحمايتك:

حفاظاً على سلامتك من مخاطر الكهرباء عليك اتباع الآتي:

١. يجب أن تنـزعي (الفيشة) من مصدرها، وليس بشدّها من السلك.

٢. يجب فصل التيار الكهربائي من السكينة الرئيسة عند مغادرة المنـزل.

٣. تجنبي تحميل التوصيلات والفياض بتوصيل عدة أجهزة في مصدر واحد.

٤. عدم تمديد الأسلاك تحت الفرشات والأثاث أو خلف الأبواب.

لسلامتك من مخاطر الغاز، اتبعي الآتي عند الاستخدام أو الاستبدال:

١ – ضعي الأسطوانة في مكان مظلل جيد التهوية، وبعيد عن حرارة الشمس المباشرة.

٢ – لا تضعي المواد القابلة للاشتعال أو الاحتراق بالقرب من الأسطوانة.

٣ – لا تضعي أسطوانة الغاز بالمطبخ بالقرب من الموقد (الفرن).

٤ – لا تحتفظي بأكثر من أسطوانة واحدة داخل المنـزل.

٥ – تأكدي من سلامة الفرن والموقد والتوصيلات قبل الاستعمال.

٦ – تأكدي من قفل صمام الأسطوانة بعد الاستعمال، وتأكدي منه قبل مغادرة المنـزل.

٧ – إذا شممت رائحة الغـاز في المنـزل افعلي الآتـي:

أ – لا تشعلي أعواد الثقاب أو السجائر، وخاصة في الأماكن المليئة بقطع الأثاث والمفروشات.

ب – افصلي التيار الكهربي من المصدر الرئيسي.

جـ – أخلي المكان من جميع الأشخاص إلى خارج المنـزل.

د – أغلقي صمام الغاز، وقومي بفتح الأبواب والنـوافذ؛ لتهوية المنـزل.

السلامة في ألعـاب الأطفـال:

ليست جميع الألعاب مأمونة؛ لذلك يجب فحص اللعبة قبل شرائها؛ من حيث التصميم أو المواد المركبة، بـها واتباع الآتي:

١ – التأكد من الحواف والرؤوس الحادة التي قد تضر الطفل.

٢ – التأكد من حجم اللعبة؛ وألا تكون ثقيلة على الطفل.

٣ – الانتباه للألعاب الميكانيكية التي تعلق بالثياب أو الأصابع.

٤ – الانتباه للألعاب التي بـها قطع صغيرة يمكن بلعها أو وضعها في الأذن.

٥ – الحذر من استخدام البالونات التي قد يضعها الطفل في فمه فتسد مجرى الهواء.

٦ – التأكد من عدم وجود مواد سائلة باللعبة قد تكون سامة، والتأكد من عبارة غير سامة.

٧ – يجب اختيار الألعاب المناسبة، واللعب في الأماكن المخصصة للعب.

٨ – خصصي مكاناً معيناً من البيت توضع فيه جميع لعب أطفالك؛ بحيث يكون لهم الحرية في ممارستها.

إلى متبرجة

اعلمي أيتها المسلمة: أن من أعظم الذنوب، وأضر الفتن؛ ما تفعله أكثر نساء هذا الزمان، من خروجهن من بيوتهن فاتنات مفتونات، على حال من التبرج بالزينة والطيب، والتكشف وإظهار المفاتن، ومخالطة الرجال، تسخط الله، وتوجب غضبه وحلول نقمته، والله - عز وجل - يقول:

﴿ وَقَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ ٱلْجَٰهِلِيَّةِ ٱلْأُولَىٰ ﴾ [(١)]، وقال النبي ﷺ: «**صنفان من أهل النار لم أرهما:... ونساء كاسيات عاريات، مائلات مميلات، رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة لا يدخلن الجنة ولا يجدن ريحها**».

وهذا الحديث من معجزاته ﷺ فقد وقع في هذا الزمان ما أخبر به ﷺ؛ حيث وجدت النساء الكاسيات العاريات، الكاسيات بما عليهن من ثياب قصيرة، العاريات بما ظهر من أجسادهن، ووجدت الكاسيات بما عليهن من ثياب وخمر شفافة لا تستر ما تحتها، وبراقع فاضحة تكشف بها المرأة المتبرجة عن حاجبيها ووجنتيها، فهن عاريات بما يظهر من أجسادهن وشبيه بالعُري.

وقال النبي ﷺ: «**المرأة عورة فإذا خرجت استشرفها الشيطان**».

وهذا النهي عنه في الحديث واقع فيه أكثر النساء اللاتي يأتين في زينتهن ولباسهن الذي لا يستر، أو المظهر للمفاتن في الوقت نفسه، نعوذ بالله من ذلك.

---

(١) سورة الأحزاب، الآية: ٣٣.

واسمعي إلى قول الشاعر حين قال:

أُبنيتي ليس التبرج والخروج هو الفضيلة
هذا دعاء العابثين ليقتلوا الأخلاق غيلة
جاؤوا به من عالم قد ضل في الدنيا سبيله
لا تخدعنْك دعوة هي بين أظهرنا دخيلة
أنا لا أقول تمرغي في ظلمة الجهل الثقيلة
شرف الفتاة وحسنها ألا تميل مع الرذيلة
قد صانك الرحمن بالشرع المطهر فاشكري له
وحباك أفضل ما حبا الإنسان بالنعم الجزيلة
في غير ألإضل ما حبا الإنسان بالنعم الجزيلة
في غير ظل الله سوف تزيغ فطرتك الأصيلة
شقيت فتاة الغرب فهي تئن يائسة ذليلة
يا ربة الشرف المصون على التقى أرخي سدوله
ما ضاق عنك البيت أنت لكل مكرمة وسيلة

❁ ❁ ❁

أفيقي أخية

تعالت هتافاتهم
حرورها
تعالت هتافاتهم
أطلقوها
دعوها
تمارس حق الحياة
تميط اللثام
وتلقي الحجاب
تحطم كل قيود القديم
تثور على كل شيء قديم
تعالت شعارات
أهل الفساد
لكي يخدعوها
فباسم التقدم
واسم التحرر
واسم التمدن
قالوا دعوها
دعوها تطالبكم بالحقوق
دعوها تشارككم في الحقوق
دعوها دعوها ولا تمنعوها
أفيقي أخيَّة
وقولي دعوني
دعوني فإني

أريـــــــد حـــــــــياتي
أريـــــــد إبـــــــائي
دعـــــــوني دعـــــــوني
فـــــــإني أبـــــــيَّة
أنـــا لســـت ألعوبـــة في يديكـــم
تـــريدون أن تعبـــثوا بشـــبابي
فـــألقي حجـــــابي
وأخـــرج ألقـــى قطـــيع الذئـــاب
وبعـــــض الكـــــلاب
فتنهشـــني فـــأكون ضـــحية
تـــريدونني أن أكـــون مطـــية
أريـــد السـعادة في مـــنزلي
لأحفـــظ نفســـي
لأســـعد زوجـــي
وأرعـــى بنـــيَّةْ
أفـــيقي أخـــيَّة
يـــريدون هـــدم صـــروح الفضـــيلة
يـــريدون قـــتل المعـــاني الجمـــيلة
يـــريدون وأدك والـــنفس حـــية
أنـــا لســـت أقـــبل هـــذا الهـــراء
وهـــــذا العـــــداء
فهـــيا أخرســـوا أيهـــا الأدعـــياء
فأنـــتم دعـــاة الهـــوى والـــرذيلة
لقـــد جـــرب الغـــرب مـــا تدعـــون
فهـــاهم لمـــا زرعـــوا يحصـــدون

شعر: إبراهيم أبو عبادة بتصرف

كيف تتجنبين آلام الظهر؟

أثنـاء الاستيقاظ:

اجلسـي كـلما كـان ذلـك ممكـناً؛ ويراعى في الجلوس أن تكون الركبتان أعـلى من الوركين... وأفضل طريقة للجلوس بهذا الوضع هي وضع القدمين فـوق مسـند، وإذا لم يـتوافر مسـند للقدمـين ضـعي إحـدى السـاقين فوق الأخرى.

لا تجلسي أبداً بحيث تكون الساقان ممددتين أمامك.

لا ترفعي أثقالاً فوق مستوى رأسك.

لا تحركي قطع الأثاث بدفعها أمامك.

لا تبقي جالسة في وضع واحد ولمدة طويلة.

لا تحني ظهرك باستمرار أو أكثر من اللازم.

لا تُرهقي نفسك بالعمل.

عند النـوم:

يجب أن يكون الفراش قاسياً؛ وإذا كان طرياً فضعي لوحاً خشبيّاً تحت الفراش.

نامي على جنبك بحيث يكون الوركان والركبتان مثنيتين، وضعي وسادة بين الركبتين.

تذكري جيداً أن الأسباب الرئيسة لآلام أسفل الظهر هي:

١ – تراكم التعب المفروض على العمود الفقري.

٢ – انخفاض درجة مقاومة العمود الفقري.

٣ – سوء استعمال العمود الفقري.

٤ – السقوط على الظهر.

لكي تتجنبي آلام الظهر اتبعي الآتي:

١ – الحفاظ على قوة عضلات البطن والظهر بالتمارين الرياضية.

٢ – الراحة التامة عند التعب، وتجنب الإفراط في العمل مع تجنب السمنة.

٣ – وازني بين العمل والراحة.

❁❁❁

أدوات الإسعاف الأولية

أدوات الإسعاف الأولية يجب أن تحفظ في صناديق نظيفة وجافة ومحكمة لا يتسرب إليها الهواء. كما يجب عدم تركها في مكان رطب كالحمام، والتأكد من الكتابة عليها بشكل واضح.

تشتمل حقيبة الإسعاف الأولية على ما يلي:

- عشر ضمادات مع لواصقها، كل واحدة في كيسها.
- ضمادة معقمة للعين مع لاصقها.
- رباط مثلث.

- غطاء معقم للجرح الخطر.
- ثلاث ضمادات متوسطة معقمة.
- رباط ضماد شاش.
- بكرتان مشمع لصاق.
- مقص صغير حاد ذو أطراف مدببة.
- ميزان قياس حرارة طبي.
- محلول مطهر ومنظف.
- ثلاثة دبابيس مؤمنة.

التسمم:

هـو دخـول مـادة السُّم إلى الجسم بكميات كافية؛ لإحداث ضرر مؤقت أو دائم.

طرق دخول السم إلى الجسم:

(١) بواسطة الفم، وذلك عندما نأكل أو نشرب مواد سامة.

(٢) بواسطة الرئتين؛ وذلك عندما نستنشق مواد التنظيف السامة، أو دخان الحرائق.

(٣) بواسطة الجلد، وذلك بفعل عضة الحيوانات أو الحشرات.

أسبابها:

(١) الأدوية التي تكون في متناول الأطفال.

(٢) استنشاق وابتلاع المواد السامة.

(٣) تناول الأطعمة الفاسدة أو الملوثة.

(٤) سموم الأفاعي والعقارب.

(٥) أكل النباتات السامة.

السموم المنـزلية:

كـثير مـن المـواد الـتي توجـد في البيـت قـد تكون سامة، والأطفال أكثر عرضة لتناول الأدوية والمبيدات التي يجدونها.

من أمثلة السموم الموجودة في المنـزل:

(١) مستحضرات التجميل.

(٢) المنظفات القوية.

(٣) مبيدات الحشرات.

(٤) مواد تنظيف أحواض الحمامات.

(٥) الأطعمة الفاسدة.

المعالجة:

(١) اسألي المصاب عما حدث.

(٢) قومي بالاتصال بالإسعاف.

(٣) حافظي على مجرى الهواء لديه مفتوحاً.

(٤) إذا ظهـرت علامـات حـروق عـلى الفم أو الشفاه؛ برديها بإعطاء المصاب ماء أو حليباً ليشربه.

(٥) إذا لحـق بـالجلد ضـرر، فيجـب غسـله بالماء البارد المعقم، وتجفيفه بضمادة معقمة.

(٦) إذا كـان السُّم من المواد الكيميائية الجافة فإنه يجب إزالته بالفرشاة من الجسم قبل الغسل بالماء.

(٧) اجعلـي المصـاب يشـرب كوبـاً أو كوبـين مـن المـاء أو الحليـب لتخفيف السُّم.

(٨) لا تحاولي أن تجعلي المصاب يتقيأ إذا لم يكن في كامل وعيه.

(٩) إزالة كل الملابس الملوثة؛ بما في ذلك الأحذية والحُليِّ والمجوهرات والساعات.

(١٠) ضـعي المـريض في وضـع (شـبه منحـنى) إلى الوراء، وراقبيه بدقه تحسباً للقيء، فإذا فقد الوعي ضعيه على جانبه.

(١١) لا تعطي المصاب فاقد الوعي أي سوائل ليشربها.

(١٢) قومـي بـأخذ عينة من قيئه، وكذلك علب الحبوب التي استخدمها أو علبة السم المستخدمة.

التسمم بالطعام:

يحـدث هـذا التسمم عندما تنتشر الجراثيم (البكتيريا) في المآكل المخزنة أو المطـبوخة بشـكل خاطئ، وتظهر علامات وأعراض التسمم خلال ساعتين إلى ست ساعات من أكل الطعام الملوث.

أعراضه:

(١) حدوث غثيان وقيء.

(٢) حدوث آلام في البطن.

(٣) حدوث إسهال في مرحلة لاحقة.

العلاج:

(١) سؤال المصاب عمّا حدث وماذا أكل.

(٢) الاتصال بالإسعاف.

(٣) القيام بمحاولة التقيؤ، وذلك بواسطة لمس البلعوم بأحد الأصابع، أو دعيه يشرب كأساً من ماء مخلوط معه قليل من الملح بقدر ملعقتين؛ وذلك لأجل التقيؤ.

التسمم بالدواء:

يحدث هذا التسمم من جراء تناول جرعات كبيرة من الدواء؛ إما عن قصد أو خطأ.

الأعراض:

(١) ألم في البطن.

(٢) قد يصبح المريض مخدراً أو ناعساً.

(٣) قد يعرق بكثرة.

(٤) قد يشكو من طنين في الأذنين.

(٥) قد تحدث تشنجات، أو فقدان للوعي.

العلاج

(١) سؤال المصاب عما حدث.

(٢) الاتصال بالإسعاف.

(٣) القيام بمحاولة التقيؤ.

(٤) الاستمرار في إعطاء ماء دافئ؛ وذلك لتقليل مفعول الدواء المأخوذ.

(٥) جلب الدواء المأخوذ إلى المستشفى ليتم فحصه.

(٦) إذا كان التنفس متوقفاً؛ فيجب البدء بإجراء التنفس الاصطناعي.

الحروق:

أسبابها تكون بواسطة:

الإصابة باللهب، ماء ساخن، أبخرة، مواد كيماوية، التعرض للأشعة والكهرباء.

أنواع الحروق:

(١) حروق درجة أولى: ويحدث فيها احمرار في سطح الجلد بدون فقاقيع مائية.

(٢) حروق درجة ثانية: ويحدث فيها احمرار الجلد، مع وجود فقاقيع مائية، مع إصابة أجزائه السفلية.

(٣) حروق درجة ثالثة: يحدث فيه إصابة الجلد والأنسجة العميقة.

القواعد العامة لمعالجة الحروق

(١) قومي بالاتصال بالإسعاف فوراً.

(٢) يُرمى على المصاب بطانية مبتلة بالماء حتى تُطفَأ النار، ولا تقومي بدحرجة المصاب على الأرض؛ لأن ذلك قد يسبب حرق مناطق لم تصلها النار.

(٣) دعيه يستلقي على ظهره، ويكون رأسه أقل مستوى من رجليه.

(٤) لا تنـزعي الثياب التي التصقت بالحروق.

(٥) طمـئني المصـاب، ثـم ضعي الجزء المصاب في ماء بارد لمدة لا تقل عن عشر دقائق؛ وذلك لتخفيف الألم.

(٦) غطي الجزء المحروق بقماش معقم ثم اربطيه.

(٧) قومـي بإعطائـه جـرعات مـن المـاء الـبارد عـلى دفعـات متباعدة لتعويض السوائل التي فقدها.

(٨) إذا توقف التنفس والنبض، فقومي بعملية التنفس الاصطناعي.

❁❁❁

شموس وأقمار

نحن من حملنا منار الهدى والأرض تئِنُّ في ليل التيه والجهالة.

نحن نصبنا موازين العدل يوم رفعت كل أمة عصا الظلم والطغيان.

نحن بينا العلم وأعلنا المساواة بين الناس.

نحن أحيينا القلوب بالإيمان والعقول بالعلم.

نحن - المسلمين - منا أبو بكر وعمر وصلاح الدين والفاتح، منا الرشيد وطارق والغافقي وخالد، منا البخاري ومسلم وابن تيمية وأحمد، منا ابن خلدون والخليل بن أحمد، منا أبو حيان والمتنبي وأبو تمام؛ منا كل خليفة عادل وكل قائد مقدام وكل عالم جهبذ، منا مائة ألف عظيم وعظيم.

نحن - المسلمين - ملكنا فعدلنا، وبنينا فأعلينا، وفتحنا فأوغلنا، وكنا الأقوياء المنصفين سننا في الحرب شرائع الرأفة، وشرعنا في السلم سنن العدل، فكنا خير الحاكمين وسادة الفاتحين.

❁❁❁

الإسلام وتكريم المرأة

لقد كرم الإسلام المرأة تكريماً لا نظير له في مجتمع من المجتمعات، يقول الرسول ﷺ: « **النساء شقائق الرجال** »، « **ما أكرم النساء إلا كريم ولا أهانهن إلا لئيم** ».

وكانت آخر عبارة قالها ﷺ وهو على فراش الموت: « **استوصوا بالنساء خيراً** ». كلمات من نور، جاءت مع فجر الإسلام، لتقشع الظلام الذي عاشت فيه المرأة في الجاهلية كلها.. جاءت لتُسمع الدنيا أنه لا ظلم للمرأة في ظل الإسلام.

وكان أول تكريم للمرأة في الإسلام أن ساواها بالرجل في الإنسانية، بعد أن كانت محرومة من أي حق،؛ بل وكانت في معظم الأحوال كمّاً مهملاً، يتوارثونها ضمن تركة المتوفَّى، ويعاملونها معاملة الحيوانات.. ولكن الإسلام أعلى شأنها وكرَّمها، وأعاد لها حقوقها باعتبارها شريكة الرجل في الحياة.

وقد أحسن الشاعر إذ قال:

أختُ الرجالِ بلا شقاقٍ أو جدال	وحقيقةٌ ليست تُهدَم باحتيال
قد جاء دينُ الله يُعلي شأنها	ويعزها قرآنُه مثلَ الرجال
قامت شريعتُهُ على تكريمها	من بعد أن كانت زوالاً في زوال
فأتى لها الدينُ الحنيفُ بعزة	وأحاطها في كلِّ ركنٍ بالجلال
كانت قديماً سلعة مجهولة	ليست ترى حقاً ولو كان الحلال
كانوا يرون وجودها عاراً لهم	وحياتها عبئاً ثقيلاً كالجبال
كانوا يرون حقوقها مهضومة	يمضي الزمان ولا تحققُ أو تنال
حتى أتى القرآن يرفع قدرها	ويزيل عنها كل أعباء ثِقال
ويقيمها خلقاً كريماً دائماً	فتظل تحيا في سمو واعتدال

شعر / محمد فتحي نصار (بتصرف)

شكل العيون ودلالاتها

إن لغـة العـيون لغـة بـلا حروف؛ إنما تفهم بالوجدان لفئة اصطفاها الله بموهـبة الفراسـة. تقوم بترجمة ما في الضمير، وما يجول بخاطر الإنسان؛ فيعرف من خلالها ما يضمر، أوما يريد قوله، أو ما يريد فعله الآخرون.

وإلـيك الآن بعـض أشـكال العـيون الـتي ذكـرها أصـحاب الفراسـة؛ لتساعدك على التعرف على الأشخاص من خلال نظراتهم وأشكال عيونهم.

الدلالة	الشكل
على الاهتمام والتركيز	التحديق
على المكر والاستهزاء والسخرية واللؤم	الغمز
على الجبن والخوف والشك والريبة	الاضطراب
على الاطمئنان والثقة بالنفس	السكون
علي التعجب والانبهار والذهول	الاتساع
على قسوة القلب وانعدام الإحساس	التحجر
على الذل والتملق	المنكسرة
على السرور والرضا والقناعة	المطمئنة
على الكبر والغرور – وذلك إحساس بالمنقصة	المتعالية الحاجب

❁❁❁

علامات وسمات من يدركون لغة العيون

١- الصفاء الروحي والنقاء النفسي.

٢- الحِلم والتسامح ويقظة الضمير.

٣- سرعة البديهة وسعة الأفق.

٤- التأني وعدم العجلة في إصدار الأحكام.

٥- قوة الذاكرة.

٦- الشجاعة مع النظر في عواقب الأمور.

٧- الصمت والتفكر.

٨- التحرر من الغضب والانفعال السريع.

٩- قوة التركيز في الأمر الواحد، والتحليل الدقيق للمواقف.

١٠- البعد عن هوى النفس وسوء الظن.

لماذا يختلف طعم القهوة من نوع إلى آخر؟

تُشكل القهوة الشراب المفضل لدى أغلب الناس منذ ألف سنة على الأقل. فقد كان العرب أول من اكتشف القهوة، وأشاع شربها؛ ولم تصل إلى أوربا إلا في القرن السادس عشر؛ عندما بدأت تدخل إلى حياة الناس اليومية شيئاً فشيئاً. وكانت تستعمل أحياناً في صناعة الأدوية حتى أصبحت أخيراً مشروباً شائعاً، لا يستغنى عنه كثير من الناس.

يختلف طعم القهوة من نوع إلى آخر باختلاف طريقة التحضير والتحميص، وغير ذلك من طرق المعالجة؛ لكن السبب الرئيسي لاختلاف الطعم هو اختلاف نوع البذرة وموقع الزرع. فمن المعروف أن القهوة تزرع في ارتفاعات تبدأ من أربعمائة وخمسين متراً، حتى ألف وثمانمائة متر فوق سطح البحر. ومن المؤكد أيضاً أن أجود أنواع القهوة هو النوع الذي يزرع في المناطق المرتفعة، وذلك من تسعمائة متر حتى ألف وثمانمائة متر.

تنقسم القهوة تجاريّاً إلى فئتين أساسيتين: القهوة البرازيلية، والقهوة المزروعة في مناطق أخرى من العالم، وتسمى القهوة المعتدلة. ومع أن هذه الأخيرة تعتبر متفوقة على الأولى فإنه يوجد أنواع من القهوة البرازيلية تتفوق على القهوة المعتدلة. فكل نوع من القهوة له مزيته الخاصة من أنواع القهوة، وطريقة تحضيره الخاصة؛ وبالتالي فإن عملية مزج القهوة تتطلب مهارة كبيرة؛ تماماً كما تتطلب عملية تذوق القهوة مهارة كبيرة أيضاً.

فضل النساء

روي في بعض كتب السير أن أسماء بنت يزيد بن السكن الأنصارية أتت النبي ﷺ فقالت: بأبي أنت وأمي يا رسول الله. أنا وافدة النساء إليك، إن الله – عز وجل – بعثك إلى الرجال والنساء كافة، فآمنا بك وبإلهك. وإنا – معشر النساء – محصورات مقصورات، وقواعد بيوتكم، وحاملات أولادكم. وإنكم – معشر الرجال – فُضلتم علينا في الجُمع والجماعات، وعيادة المرضى، وشهود الجنائز، والحج بعد الحج، وأفضل من ذلك الجهاد في سبيل الله. وإن الرجل منكم إذا خرج حاجّاً أو مجاهداً حفظنا لكم أموالكم، وغزلنا لكم ثيابكم، وربينا لكم أولادكم؛ أفلا نشارككم في هذا الأجر؟ فالتفت النبي ﷺ إلى أصحابه بوجهه كله، ثم قال: **«هل سمعتم بمقالة امرأة قط أحسن من مقالتها في أمر دينها من هذه؟»** فقالوا: يا رسول الله: ما ظننا أن امرأة تهتدي إلى مثل هذا. فالتفت النبي ﷺ إليها فقال: **«افهمي أيتها المرأة، واعلمي من خلفك من النساء، أن حسن تبعل المرأة لزوجها، وطلبها مرضاته، واتباعها موافقته؛ يعدل ذلك كله»** ، فانصرفت وهي تهلل.

❁❁❁

القطف الخامس

يتضمن هذا القطف الموضوعات التالية:

- دور الجني عليه في ارتكاب الجريمة.
- ماذا يعني نظرك (٦ / ٦).
- لك ولطفلك.
- هروب الزوج أو الزوجة.
- نصائح للمتزوجات من الآباء والأمهات.
- يا فتاة العصر !
- أوائل نسائية.
- إذا استعطرت المرأة.
- بنت الخليج.
- كثرة الأكل.
- للزوجات فقط.
- للشباب فقط.
- الأم والتربية.
- خطأ يحطم ابناً.
- المأمون والخادم.

- قاضية تحكم على ولدها بالإعدام.
- إن لم تشف فإنها تصف.
- من هو سيئ الخُلق؟
- زواج قياسي.
- امرأة تصف زوجها لأمها.
- أربعة لا أملهم.
- أوصاف الزوجة المطلوبة.
- فضل المرأة الطائعة لزوجها وشدة عذاب العاصية.
- عجائب وغرائب متفرقة.

دور المجني عليه في ارتكاب الجريمة

أبـرزت الدراسـات الحديـثة في عـلم الإجرام دور المجني عليه في ارتكاب الجـريمة؛ حيـث تـبين أنـه يدفـع الجاني لأن يرتكب جريمة ضده؛ وإن كان غير مـتعمد... فباسـتعراض الكـثير مـن نمـاذج سرقات المساكن على سبيل المثال، تبين أن معظمها يرجع إلى إهمال المجني عليه، من ذلك:

- كـثيراً مـا يـترك المجـني عليهم من القاطنين في الطوابق الأولى الأبواب والنوافذ مفتوحة فيسهل الدخول إلى المسكن.
- ترك النوافذ المطلة على مواسير المناور مفتوحة بدون موانع حديدية.
- الاحتفاظ بمبالغ ومتعلقات ثمينة، مثل: المجوهرات، والمشغولات الذهبية.
- التعامل مع البعض من غير ذوى الثقة، والسماح لهم بالتردد على المسكن.

وباسـتعراض بعض نماذج سرقات السيارات تبين أنها غالباً ما ترجع إلى إهمال المجني عليهم، من ذلك مثلاً:

- تـرك السـيارة في أمـاكن مـتطرفة بـدون حراسـة، برغم علم صاحبها بسهولة فتحها.
- ترك مفاتيح السيارة داخلها.
- تسليم مفاتيح السيارة لإنسان غير مؤتمن.

أمـا بالنسـبة للكـثير من حالات الاغتصاب فقد تبين أن شطراً كبيراً من

المسـؤولية تقـع عـادة عـلى المـرأة المغتصـبة، الـتي قد تكون متبرجة في ملبسها فتظهر مفاتنها، أو تسير في طرق غير مطروقة في الظلام.

كذلك بالنسبة لحالات جرائم القتل تبين أن الجني عليهم لهم دور كبير في ارتكاب الجريمة؛ وهكذا بالنسبة لكثير من أنواع الجرائم المختلفة.

ماذا يعني نظرك (٦/٦)؟

عـندما نريد التعبير عن قوة نظر أحدنا نقول: نظره ستة على ستة؛ فماذا يعني هذا؟

وهل هذا التعبير مبني على حقيقة علمية؟

يعـرف الكـثير مـن الـناس - وربمـا جـربوا ذلك بأنفسهم - أن الطبيب عـندما يـريد قـياس قـوة الـنظر لدى شخص ما، فإنه يضع أمامه لوحة تحتوي عـلى حروف وأرقام أو رسومات تسمى «لوحات سنيلين» على بعد ستة أمتار «أو عشرين قدماً».

وبعـد أن يتم اختبار المريض ومعرفة قوة تمييزه للحروف أو الأرقام، فإنه يـتم التعـبير عـن قـوة الـنظر على شكل نسبة مكونة من بسط ومقام، فالبسط «الـرقم الأول» يمـثل المسـافة بـين المريض وبين اللوحة، والمقام «الرقم الثاني» يمـثل المسـافة التي يمكن للشخص سليم النظر أن يميز منها نفس اللوحة بشكل جـيد، فـإذا قلـنا: إن فلانـاً نظره ستة على ستة، فهذا يعني أنه يستطيع أن يرى بوضـوح مـن مسـافة سـتة أمتار ما يراه شخص سليم النظر من نفس المسافة، وإذا قلـنا إن فلانـاً نظـره ٦ عـلى ١٢ فهذا يعني أنه يرى اللوحة بوضوح على مسافة ستة أمتار، بينما يراها الشخص سليم النظر واضحة على بعد ١٢ متراً، فالبسـط رقـم ثابت دائماً وهو ٦ «أو ٢٠ إذا كانت وحدة القياس بالقدم»، أما المقـام «الـرقم الـثاني» فهـو متغير. وكلما زادت قيمة المقام، كان النظر ضعيفاً أكثر.

لك ولطفلك

إذا عاش الطفل في جو من النقــــد تعلم الذم.

وإذا عاش الطفل في جو من الخوف تعلــم الجبن.

وإذا عاش الطفل في جو من الغيرة تعلم الحســـــد.

وإذا عاش الطفل في جـــو من العـــــداء تعلم الحقد.

وإذا عاش الطفل في جو من المشــاركة تعلــم الكرم.

وإذا عاش الطفــل في جو من الأمانـة تعلم العــدل.

وإذا عاش الطفل في جو من الحنــان تعلم الحـــب.

وإذا عاش الطفل في جو من التسامح تعلم الصبر.

هروب الزوج أو الزوجة

أثبتت الدراسات التربوية والنفسية أن كثيراً من الأسر في الوقت الحالي تعيش حياة فاترة مملة، لا جديد ولا تغيير في أنماطها؛ وهو ما يصيب الزوج أو الزوجة بحالة من الإحباط؛ تدفعها للتفكير في كسر جمود الحياة، والفكاك من أسر الروتين اليومي؛ بحثاً عن أسلوب أفضل للحياة.

وقد ثبت أن من أسباب ذلك عدم وجود تكافؤ بين الزوجين في السلوك والاهتمامات؛ وهو ما يؤدي إلى غياب الانسجام والفهم بين الزوجين، أو انصراف الزوج عن زوجته وانشغاله عنها بأعماله الخاصة، وعدم إشراكها في همومه؛ في حين أن المرأة مخلوق رقيق يحتاج إلى معاملة خاصة؛ تتسم بالرفق والحب والحنان، وهذا المفهوم قد يغيب عن نفوس كثير من الأزواج، أو العكس بالنسبة للمرأة التي تبتعد عن زوجها متذرعة بمشاغل البيت، أو إرهاقها في العمل. ومن بين تلك الأسباب الظاهرة كذلك قصور الزوج أو الزوجة وعدم وعيهما أو أحدهما بواجبات الحياة الزوجية، وخاصة في السنوات الأولى من الزواج.

لذا، فإنني أنصح المتزوجين القدامى أو الجدد بالاستماع إلى حلقات برنامج العائلة السعيدة التي أعدت في أشرطة كاسيت للأستاذ جاسم المطوع، ففيها النصيحة الطيبة والمشورة النافعة. وكذلك متابعة مجلة الزواج أو الفرحة للاطلاع على أحدث الدراسات والنتائج في مجال الحياة الزوجية.

❁❁❁

نصائح للمتزوجات من الآباء والأمهات

إليك أيتها العروس...

إليك أيتها المتزوجة...

هذه النصائح الغالية في الحياة الزوجية لتكون لك نبراساً تسيرين فيه، من آباء وأمهات قدموها لبناتهم المقبلات على عش الزوجية لحياة هانئة وحب مستمر - بإذن الله تعالى -.

أب ينصح ابنته فيقول:

- ☜ احذري الكذب على زوجك، فالكذب يخلق في نفس الرجل الشك والارتياب، وهما سُمُّ الحياة الزوجية.
- ☜ احذري شدة الانفعالات العصبية؛ فهي تجعل البيت شبه جحيم.
- ☜ احذري الإسراف في التجمل متى كان زوجك غيوراً؛ لأن ذلك يغضب الزوج الغيور، ويثيره، ويلقي في روعه أن الزوجة تتجمل لغيره.
- ☜ احذري الإسراف في مدح أي رجل غريب أمام زوجك، فقد يصدر المدح منك بحسن نية، ولكن الزوج يكره أن تمدح امرأته أحداً سواه.
- ☜ احذري البطنة، فإنها تفسد الجمال وتجلب البدانة.

وأوصى آخر ابنته فقال لها:

☜بُنيتي: اعلمي أن هناك مرتبط ارتباطاً متيناً بهناء زوجك، بحيث لا مهرب

لأحدكما من أن يكون سبب سعادة الآخر، أو علة شقائه؛ فاحذري أول نفور يحدث بينك وبين زوجك، فربما يتبعه نفور آخر إلى ما لا نهاية له.

☜أطيعي زوجك جهد استطاعتك، واجتنبي الهزو والسخرية والأحاديث الجونية، وإياك والمغالاة في الغيرة، فإنها مفتاح الطلاق، وإياك وكثرة العتب فإنه يورث البغضاء.

☜حافظي على صحتك، وتجنبي ما يشوه نضارة الوجه من الأصباغ المغرية.

☜احملي بكل بسالة ما يجب عليك حمله، واعلمي أن الشؤون الخارجية هي من خصائص زوجك، أما الداخلية فتخصك أنت.

☜نظمي شؤونك المنزلية، ولا تطلعي أحداً على أسرارك.

☜لا تفضي رسائله بدون إذنه، أو تلحي عليه في معرفة ما لا يريد إخبارك به.

☜احفظي لنفسك أسباب اختلافك معه؛ ولا تجعلي الغير يطلع عليها.

☜اعلمي أن كل رجل لطيف يقدر المرأة التي عندها من الكياسة (الفطنة) وحسن الذوق والتدبير ما يجعلها عظيمة في عين زوجها.

☜لا تقلقي زوجك بكثرة الشكاوى، وتكرار الأحاديث المزعجة والتفاصيل البيتية الصغيرة على مسمعه، فيمل منك ويهجر بيتك.

☜احتفظي بهذه النصائح، وطالعيها على الأقل مرة كل شهر، واذهبي بسلام، وأستودعك الله.

أم توصي ابنتها:

أوصت سيدة ابنتها عند الزواج فقالت: أي بُنية، لا تغفلي عن نظافة بدنك فإن نظافته تضيء وجهك وتحبب فيك زوجك، وتبعد عنك الأمراض والعلل، وتقوي جسمك على العمل؛ فالمرأة التفلة - غير المتزينة ولا المتطيبة - تمجها الطباع، وتنبو عنها العيون والأسماع؛ وإذا قابلت زوجك فقابليه مستبشرة، فإن المودة جسم روحه البشاشة.

أعرابية تنصح ابنتها في ليلة الزفاف تقول لها:

أي بُنية، إنك فارقت بيتك الذي منه خرجت، وعُشك الذي فيه درجت، إلى وكر لم تعرفيه وقرين لم تألفيه، فكوني له أَمَةً يكن لك عبداً، واحفظي خصالاً عشراً:

أما الأولى والثانية: فاصحبيه بالقناعة، وعاشريه بحسن السمع والطاعة.

أما الثالثة والرابعة: فالتفقد لموضع عينه وأنفه؛ فلا تقع عيناه منك على قبيح، ولا يشم منك إلا أطيب ريح.

وأما الخامسة والسادسة: فالتفقد لوقت طعامه ومنامه؛ فإن تواتر الجوع ملهبة، وتنغيص النوم مغضبة.

وأما السابعة والثامنة: فالاحتراس بماله والادعاء على حشمه؛ فملاك الأمر في المال حسن التقدير، وفي العيال حسن التدبير.

أما التاسعة والعاشرة: فلا تعصي له أمراً ولا تفشي له سراً، فإنك إن أفشيت سره لم تأمني غدره، وإن خالفت أمره أوغرت صدره.

ثم إياك والفرح بين يديه إذا كان مهتماً، والكآبة بين يديه إذا كان فرحاً.. فإن

الخصلة الأولى من التقصير، والثانية من التكدير. وكوني أشد الناس له إعظاماً يكن أشدهم لك إكراماً. واعلمي أنك لا تصلين إلى ما تحبين حتى تؤثري رضاه على رضاك، وهواه على هواك، فيما أحببت وكرهت.. والله يخير لك.

نصيحة زوجة حنكتها التجارب:

قالت سيدة تنصح الزوجات: لا يعطف قلب الرجل على المرأة سوى استمالتها إياه إلى ملازمة البيت بما تستطيع أن تستجمعه فيه من الوسائل التي تجذبه إلى ملازمته، فيجب على الزوجة:

١- أن تحافظ على مظهرها النسوي، وتتجنب التشبه بالرجال؛ لتبقى متصفة بخصائص المرأة ومميزاتها.. ولتعلم أن الزوج يجب أن تكون زوجته في داره كالشمس في سمائها، لا يحجبها من العبوسة والتجهم سحاب قاتم؛ لا سيما إذا دخل عليها عابس الوجه بباعث لا علاقة لها به. وأن تكون ملمة بآداب المحادثة: تسكت حين يجب السكوت، ولا تقاطعه إذا تواصل حديثه، ولا ترفع صوتها إذا حدثته، جاعلة الصدق رائدها في كل حال، فإن الصدق مُنج لها من ورطات الشك في محبتها وإخلاصها.

٢- إذا أنست المرأة من نفسها تفوقاً وذكاءً وسعة في العلم فلتكتم نصف ذكائها وعلمها، مستعيضة عنه بمظاهر الاخلاص والوفاء والعطف؛ لتكسب ميله إليها، وعطفه عليها، واحترامه إياها.

٣- أن تعلم الزوجة أن الزوج لا يطيق من زوجته أن تعامله بالفتور والتراخي وقلة الاكتراث؛ فلتحذر هذه العادات، ولتواسِ زوجها

بكلمة سلوان تقع من قلبه موقع المرهم من الجرح.

٤- يحب الزوج أن تكون زوجته مدبراً مقتصدة، إذا وافاها بشيء من المال للإنفاق منه على شؤون البيت، فمما يسره السرور كله أن يراها تحكم الروية والقصد في إنفاقه؛ بحيث لا ينقص من بيته شيء من حاجيات المعيشة ووسائل هنائها، كما يسره أن يراها من الذكاء والاطلاع بحيث تفهم ما يحدثها به.

فتلك النصائح إن اتبعتها الزوجة فسوف يقضي الزوج أوقات فراغه في المنزل مع زوجته، يحادثها ويؤنسها، ويقاطع القهاوي والملاهي، مزالق الشر ومساقط الفساد.

وصية زوج ينصح زوجه:

خذي العفو مني تستديمي مودتي
ولا تنطقي في ثورتي حين أغضب
ولا تنقريني نقرة الدف مرةً
فإنك لا تدرين كيف المغيب
ولا تكثري الشكوى فتذهب بالقوى
ويأباكِ قلبي والقلوب تقلب
فإني رأيت الحب في الصدر والأذى
إذا اجتمعا لم يلبث الحب يذهب

❁❁❁

يا فتاة العصر

يا فتاة العصر قومي وانهضي فالفجر لاح
اذكري الله وصلي واعبديه بانشراح
اخلعي برد التواني والبسي ثوب العمل
رتبي أعمال يومك واحذري سوء الفشل
نظفي ثم اجعلي كل شيء بانتظام
امسحي ثم اصقلي من زجاج ورخام
اغسلي غسلاً نظيفاً أصلحي منه المزق
واعتني في الكي جداً بعد هذا فليطبق
فصّلي ثوباً وقيسي طرزي يا عاقلة
هيئي طبخاً نظيفاً متقناً للعائلة
غربلي قمحاً ونقي واهرسي هرساً قويّاً
وانخليه واعجنيه واخبزي عيشاً هنيّاً
لاطفي الأهل جميعاً اعطفي نحو الأقارب
كل من يبدي ابتساماً فهو ممدوح وغالب
مرضي المرضى بنصح واجبري قلب الحزين
واسعفيهم بعلاج ثم بري اليائسين
واحترام الزوج حتم ليس فيه شائبة
لا تغيظيه وكفي أو تسوء العاقبة
أبعديه عن ديون عقبيها دوماً وخيم
اعذريه لا تكوني مثل شيطان رجيم

أوائل نسائية

☺ أول ما يحاسب عليه العبد يوم القيامة الصلاة.

☺ أول فتنة كانت في بني إسرائيل في النساء.

☺ أول امرأة قطعت يدها في السرقة هي قلابة المخزومية.

☺ أول امرأة في العالم ظهرت صورتها على طابع بريد هي الملكة فيكتوريا، ملكة بريطانيا العظمى في ذلك الوقت.

☺ أول شاطئ يخصص للسيدات، وأول مشروع من نوعه في العالم هو شاطئ الرأس الأخضر بـ«أبوظبي» بالإمارات العربية.

☺ أول من صنع الشعر المستعار للمرأة «الباروكة» في التاريخ هم الفراعنة؛ وكانوا يصنعونها بألوان مختلفة، ويزينونها بالذهب والفضة والأحجار الكريمة.

☺ أول من أمر بخلع حجاب المرأة في العالم الإسلامي؛ مصطفى كمال أتاتورك.

☺ أول من سعى بين الصفا والمروة هاجر أم إسماعيل – رضي الله عنه.

☺ أول زوجة من زوجات الرسول توفيت بعده زينب بنت جحش.

☺ أول سيدة سعودية تحصل على شهادة الدكتوراة في العقيدة الإسلامية هي الدكتورة الأميرة سارة بنت عبد المحسن آل سعود.

- أول من ضرب بالدف في التاريخ كلثوم أخت موسى – رضي الله عنه.
- أول من ضرب الدف بعد ظهور الإسلام في المدينة؛ الجواري من بني النجار، وذلك عندما قدم رسول الله ﷺ إلى المدينة مهاجراً.
- أول سعودية عملت في الإفتاء والقضاء هي فاطمة آل الشيخ، من حفيدات الإمام الشيخ محمد بن عبد الوهاب.
- أول جمعية خيرية في المملكة العربية السعودية هي الجمعية الخيرية النسائية بمدينة جدة، وهي أيضاً أول جمعية نسائية في المملكة العربية السعودية.
- أول مؤتمر دولي يعقد عن المرأة كان عام ١٩٧٥م في المكسيك.
- أول من طالبت بمساواة الرجل بالمرأة في الحقوق في التاريخ، ولا سيما الحقوق السياسية، هي الإنجليزية ماري ولستون كرافت.
- أول امرأة عربية طالبت بحقوق المرأة هي المصرية هدى شعراوي.
- أول امرأة تركب طائرة في العالم مدام ميم ديلبر الفرنسية.

❁❁❁

إذا استعطرت المرأة

قال رسول الله ﷺ «كل عين زانية، والمرأة إذا استعطرت فمرت على قوم ليجدوا ريحها فهي زانية» [رواه الثلاثة وصححه الترمذي].

وقال ﷺ: «ألا وإن طيب الرجال ماظهر ريحه ولم يظهر لونه، وإن طيب النساء ما ظهر لونه ولم يظهر ريحه» [رواه أبو داود والترمذي].

وقال ﷺ: «الرافلة في الزينة في غير أهلها، كمثل ظلمة يوم القيامة لا نور لها» [رواه الترمذي].

قال ابن حجر: «إن خروج المرأة من بيتها متعطرة ومتزينة من الكبائر؛ ولو أذن لها زوجها».

❁❁❁

بنت الخليج

أختاه يا بنت الخليج تحشمي ... لا ترفعي عنك الخمار فتندمي
صوني جمالك إن أردت كرامة ... كيلا يصول عليك أدنى ضيغمِ
لا تعرضي عن هدي ربك ساعة ... عضي عليه مدى الحياة لتغنمي
ما كان ربك جائراً في شرعه ... فاستمسكي بعراه حتى تسلمي
ودعي هراء القائلين سفاهة ... إن التقدم في السفور الأعجمي
إياك إياك الخداع بقولهم ... سمراء يا ذات الجمال تقدمي
إن الذين تبرؤوا من دينهم ... فهمُ يبيعون العفاف بدرهم

حلل التبرج إن أردت رخيصة / أما العفاف فدونه سفك الدم
بنت الجزيرة ما أرى لك شيمة / هذا التبرج يا فتاة تكلمي
حسناء يا ذات الدلال فإنني / أخشى عليك من الخبيث المجرم
لا تعرضي هذا الجمال على الورى / إلا لزوج أو قريب محرم
لا ترسلي الشعر الحرير مرجلاً / فالناس حولك كالذئاب الحوم
أنا لا أريد أن أراك جهولة / إن الجهالة مرة كالعلقم
فتعلمي وتثقفي وتنوري / والحق يا أختاه أن تتعلمي
لكنني أمسي وأصبح قائلاً / أختاه يا بنت الخليج تحشمي

۞۞۞

كثرة الأكل

يقول الإمام الشافعي - رحمه الله - ما شبعت منذ ست عشرة سنة؛ لأن الشبع يثقل البدن، ويقسي القلب، ويزيل الفطنة، ويجلب النوم، ويضعف صاحبه عن العبادة.

۞۞۞

للزوجات فقط

المرأة العاقلة مَلَك ذو جناحين، تطير بزوجها على أحدهما؛ والمرأة الحمقاء شيطان ذو قرنين، تنطح زوجها بأحدهما.

۞۞۞

للشباب فقط

قال طاووس بن كيسان: لا يتم نسك الشاب حتى يتزوج.

وقـال أيضـاً لإبراهيم بن ميسرة: لتنكحن أو لأقولنّ لك ما قال عمر بن الخطـاب – رضـي الله عنه – لأبي الزوائد: ما يمنعك من الزواج إلا عجز أو فجور.

۞۞۞

الأم والتربية

يقـول نفـر مـن المنصرين: بما أن الأثر الذي تحدثه الأم في أطفالها - ذكوراً وإناثـاً - حـتى سـن العاشرة بالغ الأهمية، وبما أن النساء هن العنصر الحافظ في الدفاع عن العقيدة، فإننـا نعـتقد أن الهيـئات التبشـيرية[1] يجـب أن تؤكـد العمل بين النساء المسلمات على أنه وسيلة مهمة في التعجيل بتحويل البلاد الإسلامية إلى المسيحية.

۞۞۞

(١) لا يصـح أن يقال عليها تبشيرية؛ لأنه لا تبشير بكفر، والمناسب أن يقال منظمات أو هيئات تنصيرية، أي تدعو إلى النصرانية.

خطأ يحطم ابناً

روي أنه كانت عند رجل امرأة يقال لها: «أم مالك»، وكان معجباً بها، فأقسمت عليه أمه أن يطلقها؛ فذهب عقله عليها، ونحل جسمه، فحضره الموت، فدخلت عليه زوجه المطلقة تعوده، فلما ولت قال لأمه: يا عجوز، ليهنك فقد ابنك في الدنيا، والإثم لك في الآخرة.

۞۞۞

المأمون والخادم

نادى المأمون بالخادم، فلم يجبه، ثم نادى ثانياً وصاح: يا غلام، فدخل غلام تركي يقول: أما ينبغي للغلام أن يأكل ويشرب؟! أكلما خرجنا من عندك صحت: يا غلام، يا غلام !! فنكس المأمون رأسه، فما شك أحد أنه سيأمر بضرب عنق الغلام، ولكنه قال: « إن الرجل إذا حسنت أخلاقه ساءت أخلاق خدمه، وإذا ساءت أخلاقه حسنت أخلاق خدمه؛ ولا نستطيع أن نسيء أخلاقنا لتحسن أخلاق خدمنا ».

۞۞۞

قاضية تحكم على ابنها بالإعدام

حكمـت القاضـية « سـونيا » بـالإعدام رمـياً بالرصـاص عـلى قـاتل صـغير السـن؛ غـير أنهـا أصـيبت بصدمة مرعبة، عندما علمت فيما بعد أن السفاح الصغير لم يكـن إلا ابـنها الذي اختطفه مجهولون؛ عندما كان في الثانية من عمره وحولوه إلي مجرم قاتل.

وقالـت القاضـية الحزيـنة: لقـد بحثت عن طفلي في كل مكان طيلة اثنين وعشـرين عامـاً، وأخـيراً عـثرت علـيه مجرماً قاتلاً، وإن ذلك أكثر مما أستطيع تحملـه، ثم قالت: إلا أن الحكم القضائي الذي أصدرته كان عادلاً، ولن أسعى بمراجعـته حـتى ولـو أمكـنني ذلـك؛ ذلـك لأن الحقـيقة المـرة تؤكد أن ابني لا يستحق أن يعيش.

إن لم تشف فإنها تصف

أهـدى أحدهـم إلى أمـه العمـياء الطاعنة في السن ثياباً رقاقاً، فلما لمستها ردتها، فقال ابنها: إنها لا تشف، فقالت: إن لم تشف فإنها تصف.

من هو سيئ الخلق؟

أراد رجل من البادية أن يتزوج امرأة عرفت برجاحة عقلها فقال لها: إني سيىء الخلق؟

قالت: أسوأ منك خلقاً من يحوجك أن تكون سيىء الخلق، فقال: أنت - إن شاء الله - امرأتي.

۞۞۞

زواج قياسي

أطول زواج في العالم:

أطول زواج في العالم استمر مائة وسبعاً وأربعين سنة ! وكان الزوج «يانوس» وزوجته «سارة» وبذلك يكون قد ضرب الرقم القياسي في طول الحياة الزوجية؛ والغريب أنهما توفيا سوياً في اليوم نفسه؛ ومات «يانوس» عن «١٧٢» عاما، و «سارة» عن «١٦٤» سنة ! وقد حضر وفاتهما ابنهما البالغ من العمر «١١٦» سنة ! وبعض أحفادهما وأحفاد أولادهما.

أقصر زواج في العالم:

قام أحد السجناء المحكوم عليه بالإعدام بعقد قرانه على حبيبته، التي كانت تنتظر في ساحة السجن، قبل تنفيذ الحكم عليه بربع ساعة، وهكذا في بضع دقائق أصبحت الفتاة زوجة، ثم أرملة !

امرأة تصف زوجها لأمها

وصفت أعرابية زوجها بمكارم الأخلاق عند أمها فقالت: يا أُمَّه، من نشر ثوب الثناء فقد أدى واجب الجزاء، وفي كتمان الشكر جحود لما وجب من الحق، ودخول في كفر النعم. فقالت لها أمها: أي بُنيَّة، أطبت الثناء وقمت بالجزاء، ولم تدعي للذم موضعاً، إني وجدت من عقل لم يعجل بذم ولا ثناء إلا بعد اختبار؛ فقالت: يا أمّه ما مدحت حتى اختبرت، ولا وصفت حتى عرفت.

❁❁❁

أربعة لا أملهم

قال رجل: أربعة لا أملُّهم: جليسي ما فهم عني، وثوبي ما سترني، ودابتي ما حملت رحلي، وامرأتي ما أحسنت عشرتي.

❁❁❁

أوصاف الزوجة المطلوبة

هي الناظرة في عيوبها، المفكرة في دينها، المقبلة على ربها، الخفي صوتها، الكثير صمتها، اللينة الجناح، العفيفة اللسان، الظاهرة الحياء، الورعة عن الخنا، الواسعة الصدر، العظيمة الصبر، القليلة المكر، الكثيرة الشكر، النقية الجيب، الطاهرة من العيب، الحبيبة، الكريمة، الرضية، الزكية، الرزينة، النجيبة، السهلة الخلق، الرقيقة، البعيدة عن الكذب، النقية من العُجب، رحيمة القلب، خليصة الود، تشنأ الصلف، وتبغض السرف، وتتفقد نفسها بطيب النساء والكحل والماء، قنوعة بالكفاف، متسترة بالعفاف، لها رحمة بالأهل ورفق بالبعل، تضع له خدها، وتخلص له ودها، وتمكنه من نفسها، ولا تملأ منه طرفها، وتترك لأمره أمرها، وتخرج لآرائه عن رأيها، وتوكله عن نفسها، وتأمنه على سرها، وتصفيه غاية الحب، وتؤثره على الأم والأب، لا تلفظ بعيوبه، ولا تخبر بسره، تحسن أمرها، وتتبع سروره، ولا تجفوه في عسر ولا فقر، بل تزيد في الفقر وداً، وعلى الافتقار حباً، ترضاه في غضبه، وتتوقاه في سخطه، وتستوحش لغيبته، وتستأنس لرؤيته، قد فهمت عن الله ذكره وعلمه، فقامت فيه بحقّ فضله، فعظم بذلك فاقتها إليه، ولم يجعل لها معولاً إلا عليه؛ فهو لها سمع ولبّ، وهي له قلب وحبّ.

۞۞۞

فضل المرأة الطائعة لزوجها وشدة عذاب العاصية

ينبغي لـلمرأة الخائفـة مـن الله - تعـالى - أن تجـتهد لطاعـة الله وطاعة زوجهـا، وتطلـب رضـاه جهدهـا، فهو جنتها ونارها، لقول الرسول ﷺ: (**أيما امرأة ماتت وزوجها عنها راضٍ دخلت الجنة**) [رواه ابن ماجة والترمذي].

وفي الحديـث الـذي مرَّ معنا في موضوع وصية الرسول ﷺ للنساء: (**إذا صـلت المرأة خمسها، وصامت شهرها، وأطاعت بعلها؛ فلتدخل من أي أبواب الجـنة شاءت**) [رواه أحمد والطبراني من حديث عبد الرحمن بن عوف]، وفي لفظ (**قيل لها: ادخلي الجنة من أي أبواب الجنة شئت**) [رواه أحمد].

وروي عـنه ﷺ أنه قال: (**يستغفر للمرأة المطيعة لزوجها الطير في الهواء، والحيـتان في المـاء، والملائكـة في السـماء، والشـمس والقمر؛ ما دامت في رضا زوجهـا، وأيمـا امـرأة عصت زوجها فعليها لعنة الله والملائكة والناس أجمعين، وأيمـا امـرأة كلحـت[1] في وجـه زوجهـا؛ فهـي في سخط الله إلى أن تضاحكه وتسترضـيه. وأيمـا امـرأة خرجـت مـن دارها بغير إذن زوجها؛ لعنتها الملائكة حتى ترجع**).

وقـال الـنبي ﷺ: (.. **واطلعـت في الـنار فرأيـت أكـثر أهلها من النساء**)

---

(١) كلحـت: بمعنى قطبت جبينها أو عبست؛ وانظري أختي المؤمنة هذه التي تعبس فقط في وجه زوجهـا؛ فمـا بـال المرأة التي تلعن زوجها أو تشتمه أو تضربه أو تطرده من منـزله؟! وهذا والله حاصل في البيوت التي تستأسد فيها النساء، نسأل الله اللطف والعافية.

مخرج في الصحيحين من حديث عائشة رضي الله عنها، وذلك بسبب قلة طاعتهن لله ولرسوله ولأزواجهن وكثرة تبرجهن، والتبرج إذا أرادت الخروج لبست أفخر ثيابها، وتجملت وتعطرت، وخرجت رافعة عن ثوبها وزينتها لتري الناس بنفسها؛ ولهذا قال النبي ﷺ: (**المرأة عورة فإذا خرجت من بيتها استشرفها الشيطان**)؛ وأعظم ما تكون المرأة من الله ما كانت في بيتها، وما التمست المرأة رضا الله بمثل أن تقعد في بيتها، وتعبد ربها، وتطيع بعلها.

وقال عليٌّ – رضي الله عنه – لزوجه فاطمة - رضي الله عنها -: يا فاطمة ما خير للمرأة؟ قالت: ألا ترى الرجال ولا يرونها، فإن اضطرت للخروج بعد إذن زوجها؛ فلتخرج غير متبرجة،في ثياب ليس بها زينة، وتغض طرفها في مشيتها، وتنظر إلى الأرض، ولا تلتفت يمنة ولا يسرة، وألا تضاحك من معها أثناء السير في الطريق، أو ترفع صوتها بالحديث، فإن فعلت ذلك فإنها آثمة عاصية لله.

وقد حُكي أن امرأة من المتبرجات في الدنيا، وكانت تخرج من بيتها متبرجة، فماتت فرآها بعض أهلها في المنام وقد عرضت على الله - عز وجل - في ثياب رقاق، فهبت ريح فكشفتها، فأعرض الله عنها، وقال: (**خذوا بها ذات الشمال إلى النار، فإنها كانت من المتبرجات في الدنيا**).

وعن معاذ بن جبل – رضي الله عنه – قال: قال رسول الله ﷺ: (**لا**

تـؤذي المرأة زوجها في الدنيا إلا قالت زوجته من الحور العين: لا تؤذيه قاتلك الله) [رواه ابن ماجة والترمذي وقال: حديث حسن].

وفي الصحيحين أن رسـول الله ﷺ قـال: (إذا دعـا الـرجل امـرأته إلى فراشـه فـلم تأتـه؛ لعنـتها الملائكـة حتى تصبح)، وفي لفظ: (فبات وهو عليها غضبان لعنتها الملائكة حتى تصبح). وعن جابر – رضي الله عنه – عن النبي ﷺ قـال: (ثلاثـة لا يقبل الله لهم صلاة، ولا ترفع لهم إلى السماء حسنة: العبد الآبـق حـتى يـرجع إلى مواليـه فيضـع يـده في أيديهـم، والمرأة الساخط عليها زوجهـا حتى يرضى عنها، والسكران حتى يصحو) [رواه الطبراني في الأوسط، وابن خزيمة وابن حبان في صحيحهما].

وعـن الحسـن قـال: حدثني من سمع النبي ﷺ يقول: (أول ما تسأل عنه المـرأة يوم القيامة عن صلاتها وعن بعلها)، وزاد في لفظ: (كيف عملت إليه)، وقـال ﷺ: (لـو كنـت آمراً أحـداً أن يسـجد لأحـد لأمـرت المرأة أن تسجد لزوجها) [رواه الترمذي وأبو داود وابن ماجة وغيرهم].

وقالـت عمـة حصين بن محصن وذكرت زوجها للنبي ﷺ فقال: (انظري أين أنت منه؛ فإنه جنتك ونارك) [أخرجه النسائي].

وعـن عبد الله بن عمرو – رضي الله عنهما – قال: قال رسول ﷺ: (لا ينظر الله إلى امرأة لا تشكر لزوجها وهي لا تستغني عنه) [رواه النسائي].

فيجب بعد هذا على المرأة تقوى الله - عز وجل - وطاعة بعلها، وإن كانت قد قصرت في حق من حقوقه أن تسترضيه، وعليها كذلك - كما تقدم ذكره في الصفات المطلوبة في الزوجة - دوام الحياء منه، وغض طرفها أمامه، والطاعة لأمره، والسكوت عند كلامه، والقيام عند قدومه، والابتعاد عن جميع ما يسخطه، وعرض نفسها عليه عند نومه، والتزين له والتجمل بحضوره، وترك ذلك عند غيابه، وحفظ ماله وبيته وولده، وإكرام أهله وأقاربه، وترى القليل منه كثيراً.

❁❁❁

عجائب وغرائب متفرقة

☺ صـوت المـرأة أرق مـن صـوت الـرجل؛ لأن الأوتـار الصوتية لديها أقصر من الأوتار الصوتية لدى الرجل.

☺ أقـدم الموسـوعات المعرفـية هـي الـتي جمعهـا سـبوزيوس ابـن أخت أفلاطون (٤٠٨ - ٣٣٨ ق. م) في أثينا.

☺ أغـلى سـاعة في العـالم هـي سـاعة المعصم التي صنعها أشهر صانعي السـاعات السويسـرية، والـتي اسـتغرق صـنعها جهـد أربع سنوات؛ إذ قـام بـتزيين إطارها وسلسلتها المعصمية بمئتين وستة وتسعين قطعة ماس، وقد بيعت هذه الساعة بحوالي تسعة مليون ريال.

☺ أغـلى سـعر بـيع بـه حـذاء في العـالم هو الحذاء الذي أوصى بصنعه الإمـبراطور السـابق لدولـة أفريقـيا الوسطى المدعو «بوكاسا»، وكان ثمنه «٢٩٨» ألف ريال، علماً أنه كان مزيناً بـ «٤٠٠٠» لؤلؤة.

☺ أكبر عدد من الأحجار الكريمة التي طرز بها ثوب واحد في العالم كان ثـوب الأمـيرة الصـينية «تـووان» الـذي صـنع لها، والذي زين بألفي حجرة من الأحجار الكريمة، وقد دفنت عند وفاتها وهي مرتدية له.

☺ أكـبر خسـارة بشـرية سـببتها حـرب هي الخسارة التي سببتها الحرب العالمية الثانية؛ إذ راح ضحيتها «٥٤» مليون إنسان.

☺ تسـتطيع العـين البشـرية المجردة في أفضل حالات الرؤية الممكنة، وفي

أضـواء جـيدة أن تمـيز «١٠» ملايـين سطح مختلفة الألوان، وإن أدق جهاز طيفي «فوتوميتر» لا يملك من الدقة إلا ٤٠ ٪ من قدرة العين.

☺ أطـول مدة حمل عند الحيوانات الثديية هي المدة التي تحمل فيها الفيلة جنينها، والـتي تقـدر بـ «٦٠٩» أيـام، أي أكـثر مـن عشـرين شهراً وأقصـاها «٧٦٠» يومـاً، أي أكـثر بمـرتين ونصـف المرة من المدة التي تحمل فيها أنثى الإنسان جنينها.

☺ أضـخم كـتاب في العـالم عـنوانه «الكـتاب الأعظـم»؛ إذ يـبلغ وزنـه (٢٥٢) كلغـم وقـياس صـفحاته (٢,٧٤ × ٣,٧٠) وهـو مؤلـف من ٣٠٠ صفحة، وقد نشر في الولايات المتحدة.

☺ أصـغر كتاب هو كتاب الأطفال، ويحتوي على قصة الملك «كول» حجمه (١ مـلم × ١ مـلم)، نشـر في أسـكتلندا، وقـد طـبع منه «٨٥» نسخة، وتقلب صفحاته بواسطة الدبوس.

☺ أضـخم موسـوعة هـي «الموسـوعة العالمية المصورة الأوربية الأمريكية»، مجمـوع صـفحاتها «١٠٥» آلاف صـفحة، ومجمـوع أجـزائها حـتى عـام ١٩٨٣ بلغ (١٠٤) أجزاء.

☺ أكـبر مستشـفيات التولـيد عملاً يوجد في زائير، وفيه (٥٩٩) سريراً، وقد ضرب رقماً قياسيّاً حين ولد فيه في يوم واحد «١٧٥» امرأة !

☺ أطـول مدة قضاها مريض في مستشفى هي «٩٩» سنة ! لسيدة تدعى «مرتا ولسون»، والتي يبلغ عمرها «١٠٣» سنوات !

☹ ثبت أن الحب لا يموت، لكن يخمد تحت طبقات من الآلام المتراكمة بعضها فوق بعض؛ ولذا فليس غريباً أن يقفز إلى أذهاننا تساؤل يؤرق حياتنا جميعاً: ماذا حدث للحب بعد الزواج؟ أين ذهب؟ هل مات حقّاً؟

☺ أكدت بعض الإحصائيات التي نشرت في اليابان أن المرأة اليابانية تفضل الانتحار على أن يطلقها زوجها، وتصبح منبوذة في مجتمع يحتقر الزوجة التي تتخلى عن عائلها.

☺ وتفيد الإحصائية التي أعدها مركز المعلومات الاقتصادية في طوكيو أن نسبة الطلاق في اليابان خلال الأعوام الماضية هي «١,٣٧» في الألف، وبذلك تكون اليابان أدنى دولة في العالم في نسبة الطلاق.

❁❁❁

الخاتمة

أخي القارئ...

أختي القارئة...

هـذا مـا اسـتطعنا تقديمه عبر هذا الكتاب؛ راجين من الله أن يحوز على إعجابكم، وأن يحقق الهدف الذي من أجله وضـع لكـم، متمنياً في الوقت ذاته أن تبعثوا على عنواننا المـدون أسـفله أيـة مشـاركة أو اسـتدراك؛ حـتى يـتم الاسـتفادة مـنها في الطـبعات القادمـة - بإذن الله - فكما يقال: «المسلم مرآة أخيه».

ونعـتذر إلـيكم مـن أي زلة أو قصور، ولعلنا نلتقي في كـتاب آخـر - إن شـاء الله تعـالى - والحمـد لله أولاً وآخراً.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

عبد الرزاق بن محمد آل قاسم
ص. ب: أبو عريش ٣٤٠
فاكس: ٠٧/٣٢٤٠١٠٩

أهم المراجع

١- هكذا علمتني الحياة، جزآن، د / مصطفى السباعي، المكتب الإسلامي، بيروت، ط٣، ١٤٠٦هـ - ١٩٨٦م.

٢- نزهة الحكماء في أقوال الفلاسفة والعلماء، محيي الدين محمد عبد الواحد.

٣- لكل مقام مقال، حكم وأمثال، محمد أمين الضناوي، دار المعرفة، بيروت، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٤- معجم روائع الحكمة والأقوال الخالدة، إعداد المكتب العلمي للتأليف والترجمة، دار العلم للملايين، بيروت، ط١، ١٩٩٨م.

٥- من كل عقد لؤلؤة، قصص واقعية - حكم مأثورة، طرائف ومسابقات ثقافية، سلمان بن عبد الله المطري، دار الشريف، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٦- نسائيات، روائع الأقوال في نوادر النسوان، محيي الدين عبد الواحد، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٧- المستطرف في كل فن مستظرف، شهاب الدين محمد الأبشيهي، دار مكتبة الحياة، بيروت، ١٤١٧هـ - ١٩٩٥م.

٨- أختـاه قفـي، إبراهـيم بن عبد الله الغامدي، دار القاسم، الرياض، ط٢، ١٤١٤هـ.

٩- تذكـير المسـلمين والمسلمات بمراقبة الله في الخلوات، أبو أنس سيد عبدالمقصود، مكتبة طبرية، الرياض، ط١، ١٤١٣هـ - ١٩٩٢م.

١٠- الهداية وأسبابها، سعيد مسفر القحطاني، دار الضياء، الرياض.

١١- عـبر وعظات في توبات الممثلات، محمد رشيد العويد، دار الوطن، الرياض، ط١، ١٤١٣هـ.

١٢- قطـوف نبوية للنساء، د. حسن أبو غدة، مكتبة العبيكان، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٧م.

١٣- القـبر أول مـنازل الآخرة، عبد الحميد عبد الرحمن السحيباني، دار ابن خزيمة، الرياض، ط١، ١٤١٣هـ.

١٤- أسـباب تحقـيق العفاف، خالد بن عبد الرحمن الشايع، دار بلنسية، الرياض، ط١، ١٤١٤هـ.

١٥- مواقـف نسـائية مشـرفة، ج١، نجيـب خـالد العامـر، دار الوطـن، الرياض، ط٤، ١٤١٣هـ.

١٦- العفـة، مجـدي فتحي السيد، دار الصحابة للتراث، طنطا، ١٩٩٧م - ١٤١٨هـ.

١٧- المسابقة إلى الخيرات، مجدي فتحي السيد، دار الصحابة للتراث، طنطا، ط١، ١٤١٠هـ - ١٩٩٠م.

١٨- يا فتاة الإسلام، اقرئي حتى لا تخدعي؛ صالح إبراهيم البليهي، دار المسلم، الرياض، ط٣، ١٤١٦هـ - ١٩٩٦م.

١٩- رسالة إلى الأخوات المسلمات، عبد الله بن جار الله، ورزق بن حمد المصري، دار الثقة، مكة المكرمة.

٢٠- رسالة إلى حواء، المجموعة الكاملة، محمد رشيد العويد، دار الوطن، الرياض، ط ٤، ١٤١٨ هـ - ١٩٩٧م.

٢١- محرمات استهان بها الناس، محمد صالح المنجد.

٢٢- نساء من حضارتنا، عبد الله سالم، دار حواء، الكويت، ط١، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م.

٢٣- أحاديث المرأة في الصحيحين، ج١، محمد رشيد العويد، دار الوطن، الرياض، ط١، ١٤١٩هـ - ١٩٩٨م.

٢٤- المرأة والأرقام القياسية، عبد الرحمن بن علي الدوسري، دار سلمى، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٢٥- أوليات نسائية، عبد الرحمن بن علي الدوسري، دار سلمى، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٢٦- موسوعة هل تعلم، ج١، إعداد دار طويق، الرياض، ط١، ١٤١٦هـ - ١٩٩٥م.

٢٧- موسوعة هل تعلم، ج٢، إعداد دار طويق، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٢٨- هل تعلم؟ ١٢٠٠ حقيقة مذهلة، ج٢، إعداد قسم الترجمة بدار الرشيد، دمشق، ط١، ١٤١٤هـ - ١٩٩٤م.

٢٩- هذا العالم أعظم وأعجب وأطرف ما فيه، إبراهيم حلمي الغوري، دار الشرق العربي، بيروت.

٣٠- صندوق الدنيا، عجائب وغرائب من العالم، كتاب القارئ، دار العلم للملايين، بيروت، ط٥، ١٩٩٢م.

٣١- الموسوعة الميسرة، جزآن، عبد الرحمن بن علي الدوسري، دار المداد، الرياض، ط٢، ١٤١٦هـ.

٣٢- أناشيد الدعوة الإسلامية، المجموعة الأولى، حسني أدهم جرار وأحمد الجدع، دار الضياء، عمان، ط٤، ١٤١٣هـ - ١٩٩٢م.

٣٣- أناشيد الشقائق، فاطمة عبد الله سعد، دار المحمدي، جدة، ط١، ١٤١٩هـ - ١٩٩٨م.

٣٤- تحفة النساء، مجدي فتحي السيد، دار الراية، الرياض، ط١، ١٤١٨هـ.

٣٥- قصائد إلى المرأة، حسني أدهم جرار، دار الضياء، عمان، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٨م.

٣٦- ديوان الأمة الإسلامية، وقفة على ضفاف الجرح، د. عبد الرحمن صالح العشماوي، العبيكان، الرياض، ١٤١٢هـ - ١٩٩١م.

٣٧- الإعجاب: أسبابه، أضراره، مظاهره، علاجه؛ خالد بن إبراهيم الصقيعي، دار المسلم، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٧م.

٣٨- أخطار تهدد البيوت، محمد صالح المنجد، دار الوطن، الرياض، ط ١، ١٤١٦هـ.

٣٩- منهاج المسلم، عقائد وآداب وأخلاق وعبادات ومعاملات، الشيخ أبو بكر الجزائري، مكتبة العلوم والحكم، المدينة المنورة، ط٤، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٤٠- أسباب مرض القلب وعلاجه، سعيد بن مسفر القحطاني، دار الضياء، الرياض، ط٢، ١٤١١هـ - ١٩٩٠م.

٤١- كيف تستثمر الوقت، عائض بن عبد الله القرني، دار الضياء، الرياض.

٤٢- مصابيح مضيئة في طريق المرأة المسلمة، ج٢، بنت الإسلام، دار المنار، مكة المكرمة، ط١، ١٤١٢هـ - ١٩٩٢م.

٤٣- اعترافات متأخرة، ج٢، محمد بن عبد العزيز المسند، دار الراية، الرياض، ط١، ١٤١٢هـ - ١٩٩٢م.

٤٤- عشرة النساء، الإمام الحافظ أبي عبد الرحمن أحمد النسائي، تحقيق المجيد طعمة حلبي، دار المعرفة، بيروت، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٤٥- معوقات في طريق استقامة الفتاة المسلمة، أم مجاهد وأم محمد، دار خزيمة، الرياض، ط١، ١٤١٩هـ - ١٩٩٨م.

٤٦- الزوجة المثالية، خولة درويش، دار المحمدي، جدة، ط١، ١٤١٥هـ- ١٩٩٤م.

٤٧- ٧٠ مخالفة تقع فيها النساء يجب الحذر منها، راجعها وقدم لها عبد الله الجبرين، دار القاسم، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٤٨- مداخل الشيطان لإفساد البشر، ابن قيم الجوزية، إعداد وتعليق أبومحمد أشرف عبد المقصود، مكتبة طبرية، ط١ / ١٤١٣هـ - ١٩٩٢م.

٤٩- توجيهات للطالبات، إبراهيم بن صالح الحمود، دار الصميعي، الرياض، ط١، ١٤١٢هـ.

٥٠- أختي المسلمة من أمرك بالحجاب؛ دار القاسم، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ.

٥١- الآداب الإسلامية للناشئة، ج١، محمد خير فاطمة، دار الخير، بيروت، ط٣، ١٤١٤هـ - ١٩٩٣م.

٥٢- حقول المعرفة الشاملة، ج١، محمد بن عيس الكنعان، دار المعراج، ١٤١٨هـ.

٥٣- موسوعة المرأة المسلمة، هيا بنت مبارك البريك، دار المداد، الرياض، ط١، ١٤١٥هـ.

٥٤- الآداب الإسلامية للناشئة، ج٣، محمد خير فاطمة، دار الخير، بيروت، ط٢، ١٤١٣هـ - ١٩٩١م.

٥٥- أسرار المرأة، د / محمد القرني، المركز العربي الحديث، القاهرة.

٥٦- هموم البنات، د / أيمن الحسيني، مكتبة ابن سينا، القاهرة، ١٩٩٠م.

٥٧- المرأة المسلمة، الشيخ / أبو بكر الجزائري، دار المكتبة السلفية، القاهرة، ط٢، ١٤٠٦هـ.

٥٨- طبائع النساء، أحمد بن محمد بن عبد ربه الأندلسي، تحقيق محمد إبراهيم سليم، مكتبة القرآن، القاهرة.

٥٩- رشاقتك أختي المسلمة، د / محمد ماهر جمامي ومحمد مأمون البيلي، دار ابن حزم، بيروت، ط٢، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٦٠- مجالس النساء، ج١، عبد الرحمن عطا الله الحمدي، دار الحمدي، جدة، ط١، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م.

٦١- مجالس النساء، ج٢، عبد الرحمن عطا الله الحمدي، دار الحمدي، جدة، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٧م.

٦٢- زوجات النبي ﷺ، نبيل عبد القادر الزين، دار أسامة، عمان، ط١، ١٩٩٧م.

٦٣- القاموس الإسلامي للناشئين والشباب، ج٨، الأسرة المسلمة، محمد على الهمشري وآخرون، مكتبة العبيكان، الرياض، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٦٤- ٥٠ زهرة من حقل النصح، عبد العزيز عبد الله المقبل، دار ابن خزيمة، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٧م.

٦٥- من الأحكام الفقهية في الفتاوى النسائية، الشيخ محمد صالح العثيمين، دار ابن خزيمة، الرياض، ط١، ١٤١٦هـ.

٦٦-خصوصيات النساء، لمجموعة علماء، دار القاسم، الرياض، ط١، ١٤١٩هـ.

٦٧- إشراقات: وقفات - أحكام - رقائق - فتاوى، مجموعة علماء، دار القاسم، ط١، ١٤١٨هـ.

٦٨- كشكول الأسرة، مواقف، قصص، طرائف، مازن بن عبد الكريم الفريح، دار الأندلس، جدة، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٦٩- نوادر الصعاليك واللصوص، رحاب عكاوي، دار الخزف العربي، بيروت، ط١، ١٤١٦هـ - ١٩٩٦م.

٧٠- اضحك مع نوادر وفكاهات الأطباء والمرضى، عبد الجبار أحمد عبدالجبار، دار الطلائع، القاهرة.

٧١- قصص من الحياة للناشئين والناشئات، فردوس العين، دار القلم، دمشق، ط١، ١٤١٦هـ - ١٩٩٥م.

٧٢- للحياة وجه آخر، حكايات وقصص ووقائع أغرب من الخيال، عبدالمطلب حمد عثمان، دار طويق، الرياض، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٧٣- قالوا عن المرأة، ج١، عبد الله الجعثين، ط٢، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٧٤- أخبار النسوان، حكايات وطرائف النساء، محيي الدين محمد عبدالواحد، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٧٥- النكت والطرائف، جزآن، عبد العزيز بن محمد الأحيدب، ط٤، ١٤٠٦ هـ.

٧٦- صيد اليوميات، من نخب اللطائف ومختار الأمثال والطرائف، زهير بن حسين العمري، دار المؤيد، الرياض، ط١، ١٤١٦هـ - ١٩٩٥م.

٧٧- مواقف وطرائف، ج١، علي بن عائد المالكي، ط٢، ١٤١٨هـ.

٧٨- مواقف وطرائف، ج٢، علي بن عائد المالكي، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٨م.

٧٩- بهجة المجالس وأنيس المقيم والمسافر، ج٢، لأبي عبد الله الأثري، دار ابن خزيمة، الرياض، ط٢، ١٤١٩هـ - ١٩٩٨م.

٨٠- مفتاح سحر البيان، طرائف، فراسة، مسابقات، أمثال، ألغاز، معلومات، علي بن عائد المالكي، دار المغني، الرياض، ط٢، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

٨١- ثبت علمياً، ج٣، محمد كامل عبد الصمد، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، ط٢، ١٤١٥هـ - ١٩٩٤م.

٨٢- لكل سؤال جواب، ج١، إعداد دار طويق، الرياض، ط١، ١٤١٧هـ - ١٩٩٦م.

٨٣- المحاسـن والأضـداد للجاحظ، تحقيق: فوزي خليل عطوي، بيروت ١٩٩٦ م.

٨٤- معلومات تهمك، أيمن الشربيني، دار العلوم والثقافة، القاهرة.

٨٥- الصفات المطلوبة في البنت والزوجة، عكاشة عبد المنان الطيبي، دار الفضيلة، القاهرة.

٨٦- كيفية إسعاف المصاب ٩٩٧، سلطان بدر، ١٤١٨هـ.

٨٧- مجلـة الأسـرة، العـدد ٦٣، جمادى الآخرة ١٤١٩هـ؛ والعدد ٦٤، رجب ١٤١٩هـ.

٨٨- نسـائيات، روائـع الأقـوال في نـوادر النسـوان، محـي الديـن محمـد عبدالواحد، ط١، ١٤١٨هـ - ١٩٩٧م.

الفهـــرس

الإهـــداء ٥
المقدمة ٧
مشاكل الشعر ١٣
سقوط الشعر: ١٣
كيف تتبينين سقوط الشعر؟ ١٣
أهم أسباب سقوط الشعر لدى الفتيات: ١٣
- الإساءة للشعر: .... ١[illegible]
- الضعف العام وسوء التغذية: ١٤
أسباب أخرى لسقوط الشعر: ١٥
علاج سقوط الشعر: ١٥
مسحوق الحِنَّاء وصباغة الشعر: ١٦
قشر الشعر: ١٧
تقصف الشعر: ١٧
قمـــل الشـــعر: ١٨
أمر مبكياتك لا أمر مضحكاتك ٢٠
من المحرمات التي استهان بها بعض النـاس ٢١
لَعْنُ المؤمن ولعن من لا يستحق اللعن: ٢١
النحافـــة ٢٢
أسباب النحافـة: ٢٢

زكـــاة الحلـــيّ.. ٢٤
شروط وجوب الزكاة:.. ٢٤
من أسماء الذهب عند العرب ٢٤
آداب الاستئذان.. ٢٥
كيف تحاورين الآخرين.. ٢٧
أنواع النساء.. ٢٩
أصول الشر ٢٩
توجيهات من أقوال خيـر البشر ٣٠
من بركة المرأة:.. ٣٠
أول الحساب: ٣٠
أفضل الكلام:.. ٣٠
بم تدوم النعمة؟ ٣١
بم تصدق الأخوة؟... ٣١
بم يفيد الوعظ؟.. ٣٢
بم يجمل المعروف؟ ٣٢
بم يحلو الجمال؟ ٣٣
بم تحصل السعادة؟.. ٣٣
بم يتحقق النجاح؟ ٣٤
بم يحفظ المال؟ ٣٤
وظائف خاليـة.. ٣٥
الصابر والشاكر في الجنة.. ٣٥

القـوم الكـرام ٣٦
بعد عمر طويل ٣٦
بريد الشيطان ٣٦
أدب الأخت مع إخوانها وأخواتها ٣٧
كيف تحتفظين بوزنك الحالي؟ ٣٩
حسابات الحركات والسكنات بالسعرات الحرارية: ٤٠
المطرودات من رحمة الله ٤٢
الملعونات من الله - عز وجل -: ٤٢
الملعونات على لسان رسول الله ﷺ: ٤٤
مشروعية الحجاب ٤٥
أختاه.. لا تستسلمي ٤٦
إنا سـمعـنا ٤٧
ستة تهوّنُ المصيبة ٤٨
علامة على صدق الأخوة ٤٩
لا تغتري ٤٩
صوني عقلك ٤٩
مما قيل في العقل ٥٠
أمـــران ٥١
استعيني بالله ٥٢
حـــوار ذكـــي ٥٢
الصدفـة الغريبـة ٥٣

بين جهنم والسجـن ٥٤
الفستان الوردي ٥٤
حيلة بارعـــة ٥٤
المفاجأة السعيدة ٥٩
منوعـات ٥٩
العنايـة بالبشـرة ٦٠
من آداب الكلام ٦٣
الفوائد التي نجنيها من التوبة ٦٨
من أضرار الذنوب والمعاصي ٦٩
شروط التوبة وعلامات القبول ٦٩
أمور تعين على التوبة والاستمرار عليها ٧١
قضاء الصلاة ٧٢
أقسام الصلاة: ٧٢
أوقات لا تصلّى النافلة فيها: ٧٣
من آداب الصلاة ٧٣
سجود السهو وبيان مواضعه ٧٦
القبر صندوق العمل ٧٨
خيـر النســـــاء ٧٩
احذري من الأماني ٧٩
الأمور بنتائجها ٨٠
البكـــاء من خشية الله ٨٠

إتقان العمل.. ٨١
إليك أيتها المسلمة.. ٨٢
شـروط الحجاب الشرعي... ٨٢
الأعمال المنـزلية نوع من الرياضـة ٨٣
الصلاة رياضة بدنية... ٨٥
لا ضيـر على المرأة... ٨٦
ريحانة البيت.. ٨٧
لو كانت المرأة جنساً آخر... ٩٣
ترتيب عمر النساء.. ٩٣
عارضـة الأزيــاء ٩٤
الزاوية الطبية – زيـادة العـرق ٩٥
ابحث عن نومي ! ٩٦
لكي لا تصابي بالأرق.. ٩٦
المرأة وترشيد الاستهلاك ٩٨
أكثر الناس ٩٨
لقمانيات ٩٩
لا تفعلي تسعاً.. ١٠٠
شـر البلية ما يضحك !! ١٠١
قالوا عن الفكر ١٠٣
السلوك وآداب اللياقة (الإتيكيت)............................. ١٠٤
سر شباب المرأة ! ١١٠

فلســفة.. ١١٠
العلاقات الهاتفية ١١١
هل أنت امرأة مرحة؟ ١١٣
اضحكي مع الظرفاء.. ١١٣
قلب الأم... وقلب المرأة !................................ ١١٦
قالوا عن القلب ١١٦
قولي.. ولا تقولي.. ١١٧
تعلمت من أبي.. ١١٨
السيادة والسادة.. ١١٩
دعوة إلى التعلم.. ١٢٥
قالوا عن العلم ١٢٦
أمثال متداولة عند الناس.................................... ١٢٦
أقسام الصيام وأنواعه ١٢٧
للحفاظ على سلامتك.. ١٢٩
إلى متبرجة.. ١٣١
افيـقي أخية ١٣٣
كيف تتجنبين آلام الظهر؟ ١٣٥
أدوات الإسعاف الأولية ١٣٦
طرق دخول السم إلى الجسم:............................. ١٣٧
السموم المنـزلية:... ١٣٨
القواعد العامة لمعالجة الحروق ١٤١

شموس وأقمار ١٤٣
الإسلام وتكريم المرأة ١٤٤
شكل العيون ودلالاتها.. ١٤٥
علامات وسمات من يدركون لغة العيون.. ١٤٦
لماذا يختلف طعم القهوة من نوع إلى آخر؟.. ١٤٧
فضل النساء.. ١٤٨
دور المجني عليه في ارتكاب الجريمة ١٥٣
ماذا يعني نظرك (٦/ ٦)؟.. ١٥٥
لك ولطفلك.. ١٥٦
هروب الزوج أو الزوجة.. ١٥٧
نصائح للمتزوجات من الآباء والأمهات.. ١٥٨
يا فتاة العصر.. ١٦٣
أوائل نسائية.. ١٦٤
إذا استعطرت المرأة ١٦٦
بنت الخليج ١٦٦
كثرة الأكل ١٦٧
للزوجات فقط.. ١٦٧
للشباب فقط ١٦٨
الأم والتربية.. ١٦٨
خطأ يحطم ابناً ١٦٩
المأمون والخادم ١٦٩

قاضية تحكم على ابنها بالإعدام ١٧٠
إن لم تشف فإنها تصف ١٧٠
من هو سيئ الخلق؟ ١٧١
زواج قياسي ١٧١
أطول زواج في العالم: ١٧١
أقصر زواج في العالم: ١٧١
امرأة تصف زوجها لأمها ١٧٢
أربعة لا أملهم ١٧٢
أوصاف الزوجة المطلوبة ١٧٣
فضل المرأة الطائعة لزوجها وشدة عذاب العاصية ١٧٤
عجائب وغرائب متفرقة ١٧٨
الخاتمة ١٨١
أهم المراجع ١٨٣
الفهــرس ١٩٣

وكــلاء التوزيع

في كافة أنحاء المملكة العربية السعودية

دار الحضارة للنشر والتوزيع

هاتف: ٢٤٩٦٥٥٥ – ٢٧٨٧٣٣٣ فاكس: ٢٤٨٣٠٠٤

مؤسسة الجريـــــسي

هاتف: ٤٠٢٢٥٦٤ – فاكس: ٤٠٢٣٠٧٦

في الإمـــــارات العربية

«مكتبة دار الفارابي» – الشارقة هاتف: ٥٦٣١١٣٠ – فاكس: ٣٣٥١٧٦٨

في اليـــمـــــن

مكتبة خالد بن الوليد

صنعاء ت: ٢٢٧٨٥٥ تلفاكس: ٢٢٤٦٩٤شارع العدل جوار وزارة العدل

«عالم الكتب اليمنية» صنعاء – شارع الدائري أمام سيتي مارت

تلفون: ٢١٥٢٤٣ – ٢١٥٣٢٣

فرع مكتبة خالد بن الوليد – عدن – كريتر – الميدان خلف فرزة المكلا

في الكـــــــويت

«شركة المكتبات الكويتية» – ت: ٢٤٢٤٢٦٦ – ٢٤٢٤٢٨٩ فاكس: ٢٤٢٠٠٥٨

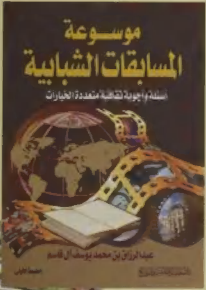
«شركة المجموعة الكويتية» ت: ٢٤٠٥٣٢١ – ٢٤١٧٨١٠ فاكس: ٢٤١٧٨٠٩

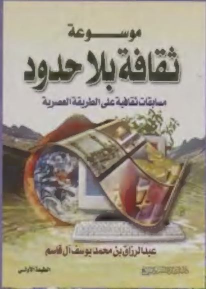
في ســـــــــوريا

«دار الفارابي للمعارف» دمشق – سوريا – هاتف: ٢٢٢٦٧٨٦ فاكس: ٢٤٥٤٩٧٨

NDB
شركة مطابع نجد التجارية
تلفون [illegible] فاكس [illegible]

صدر للمؤلف





ردمك: ٣-٨٩-٧١٢-٩٩٦٠
ISBN 9960-712-89-3
15 SR
6 996642 440086

Shegrey Bookstore
S R 15
3140010026

دار الحضارة للنشر والتوزيع

للتوصيل المجاني

ص.ب ١٠٢٨٢٢ الرياض ١١٦٨٥ - ت ٢٤٩٦٥٥٥ - ٢٧٨٧٣٣٣ - فاكس ٢٤٨٣٠٠٤ - المستودع ٢٤١٦١٣٩
الرياض: جوال ٠٥٠٧٤١٦٥٩١ - ٠٥٠٢١١٦١٢٨ - ٠٥٦٢٤٦٢٣٦٩ - المنطقة الغربية: ٠٥٠٦٧٧٠٤٢١
المنطقة الشمالية والقصيم: ٠٥٠٨٨٥٠٥٨٠ daralhadarah@hotmail.com